Подписан: Бахтияров Ренат Анвярьевич
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Дата: 2026-07-14 11:48:06

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ТРАНСПОРТНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ В ТУРИЗМЕ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 3
Семестр –5-6
Итоговая форма контроля – зачет (6 семестр)

Рабочую программу разработала:
Бескостова А.А., к.ф.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта . 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 5
5. Содержание дисциплины 6
5.1 Количество часов по видам занятий 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 7
5.2.1 Содержание лекционных занятий 7
5.2.2 Содержание практических занятий 7
6. Самостоятельная работа студентов 11
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 15
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 15
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 18
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 18
7.2.2 Тестовые задания для текущего контроля 18
7.2.3 Вопросы к зачету 23
7.2.4 Кейс-задания для текущего контроля 24
8. Перечень литературы 26
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, ... 27
необходимый для освоения дисциплины 27
9.1 Электронные библиотечные системы 27
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 27
10. Методические указания по освоению дисциплины 28
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 33

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

В результате изучения дисциплины студент должен:

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты и код трудовой функции	Формируемые компетенции
Знания: - особенности обслуживания туристов при перевозке различными видами транспорта;	ПС 04.005 «Экскурсовод (гид)» С/01.6 Разработка экскурсий	ПК-8, ПК-9
- законодательные нормы и требования в области стандартизации и сертификации туристских услуг; - правила бронирования, заказа и возврата билетов; - существенные условия арендных договоров на транспортные средства и чартерных договоров на перевозки		
Умения: - организовать обслуживание туристов в соответствии с нормами и требованиями; - использовать нормативные документы по качеству, стандартизации и сертификации для формирования турпродукта; - разрабатывать логистические модели в туристской деятельности	ПС 04.005 «Экскурсовод (гид)» С/01.6 Разработка экскурсий	ПК-8, ПК-9

Опыт деятельности: - грамотного общения с различными типами клиентов; - анализа нормативной и правовой документации; - бронирования перевозки туристов, используя автоматизированные системы бронирования	ПС 04.005 «Экскурсовод (гид)» С/01.6 Разработка экскурсий	ПК-8, ПК-9

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Транспортное обеспечение в туризме» входит в профессиональный цикл дисциплин (Б1.В.ДВ.07.02) и базируется на знаниях, умениях и навыках полученных при изучении таких дисциплин, как «Технологии туристской деятельности», «Организация туристской деятельности», «Основы туризма», «ДОУ туризмом».

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе в 5 и 6 семестре по очной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачет.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Трудоемкость дисциплины 72 часа, из них 6 часов аудиторной работы и 62 часа самостоятельной работы, аттестация – 4 часа.

Учебный процесс по курсу «Транспортное обеспечение в туризме» проводится в форме лекций, семинарских занятий и самостоятельной работы студентов.

Учет успеваемости ведется в виде микрозачетов по пройденным темам и итогового зачета, проводимого в срок, установленный учебным планом. Зачеты выставляются за знание пройденных разделов теоретического курса и выполнение установленных требований по практической и самостоятельной работе.

Виды учебной работы	**Всего часов**	**Семестр**	
Контактная работа преподавателя со студентами	6	5	6
Лекции	2	2	
Практические занятия	4		4
Лабораторные работы	0		
Аттестация – зачет	4		4
Самостоятельная работа	62	34	28
Общая трудоемкость, часы	72		
Общая трудоемкость, ЗЕ	2		

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Лекционные занятия	Методические занятия	Практические занятия	Семинарские занятия	Самостоятельная работа
1.	Основы транспортного обеспечения туристской деятельности. Место и роль транспортных средств в организации туристского обслуживания		2				8
2.	Виды и средства перевозки в туризме и их характеристика				1		8
3.	Автотуризм				1		8
4.	Железнодорожные путешествия				1		8
5.	Использование воздушного транспорта для целей туризма						8
6.	Речные и морские круизы				1		8
7.	Технические средства передвижения для реализации комбинированных туров						8
8.	Транспортный туризм						6
	Аттестация - зачет						4
	Всего часов	**72**	**2**		**4**		**62**
Трудоемкость дисциплины: 2 з.е.							

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Тема 1. Основы транспортного обеспечения туристской деятельности. Место и роль транспортных средств в организации туристского обслуживания

Лекция (2 часа)

Роль транспорта в возникновении и развитии туризма и предпринимательства. Транспортные услуги - один из основных видов услуг в туристском обслуживании. Общемировые тенденции развития транспортного обеспечения. Влияние географического расположения, ландшафта и иных характеристик на развитие различных форм транспортных коммуникаций. Современное состояние и развитие различных видов транспорта в России. Роль отдельных видов транспорта в российском туристском движении. Руководство транспортным обеспечением в Российской Федерации.

Изучение темы направлено ***на приобретение знаний*** об основах транспортного обеспечения туристской деятельности, ***умений*** организовать обслуживание туристов в соответствии с нормами и требованиями, использовать нормативные документы по качеству, стандартизации и сертификации для формирования турпродукта, ***опыта*** анализа нормативной и правовой документации ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-8, ПК-9).*

5.2.2 Содержание семинарских занятий

Тема 2. Виды и средства перевозки в туризме и их характеристика

Практическое занятие (1 час)

Виды туров: индивидуальные, групповые. Пакетный тур: сущность и преимущества. Структура туристического пакета. Часовые пояса и местное время. Виды и средства перевозки в туризме и их характеристика: трансфер, допуслуги на маршруте и т.д. Мотивация выбора вида перевозки: цель путешествия, расположение пункта назначения, сезонность, время и скорость доставки в пункт назначения, комфортность и информативность поездки, безопасность, наличие багажа, возраст и способность переносить физические нагрузки, платежеспособность Туристские маршруты и их классификация: линейные, кольцевые, радиальные, линейно-возвратные, радиально-кольцевые. Комбинированные маршруты. Транспортные туры как самостоятельный вид туризма.

Изучение темы направлено ***на приобретение знаний*** об основах транспортного обеспечения туристской деятельности, ***умений*** организовать обслуживание туристов в соответствии с нормами и требованиями, использовать нормативные документы по качеству, стандартизации и сертификации для формирования турпродукта, ***опыта*** анализа нормативной и правовой документации ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-8, ПК-9).*

Литература

1. Кусков, А.С. Транспортное обеспечение в туризме [Электронный ресурс]: учебник / А.С. Кусков, Ю.А. Джаладян. – М.: КноРус, 2016. – 354 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/916502/view2/1.
2. Рябова, И.А. Экономика и организация туризма: международный туризм [Электронный ресурс]: учебное пособие / И.А. Рябова, Ю.В. Забаев, Е.Л. Драчева и др. – М.: КноРус, 2016. – 565 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/ book/918096/view2/1.

Тема 3. Автотуризм

Практическое занятие (1 час)

Роль и место автотуризма на туристском рынке. История возникновения, современное состояние и место автобусного туризма. Виды технических средств, используемые для автотуризма. Роль и место автотранспорта в деле развития внутреннего и международного туризма. Достоинства, недостатки и существующие ограничения в сфере автотуризма. Организация автобусных туров и автобусной перевозки туристов. Достоинства автобусного туризма. Классификация видов автобусного туризма. Классификация и основные характеристики автотранспорта, используемого при организации туристских6 поездок. Категорирование автобусов по уровню комфортности. Маршруты, продолжительность путешествий. Порядок размещения туристов в автобусах и их обслуживание во время путешествий. Заявки на выделение автобусов - правила и сроки подачи, рейсовой эксплуатации. Договор туристской фирмы и АТП: содержание договора, обязанности и ответственность сторон, порядок оплаты транспортных услуг. Современное состояние внутреннего автобусного туризма в России. Понятие международной перевозки. Межправительственные соглашения и конвенции. Нормативные материалы и соглашения по международным автомобильным перевозкам. Европейские требования безопасности при организации автобусного туризма: скоростные ограничения, страхование автомобиля и автогражданской ответственности, срок эксплуатации туристских автобусов, техосмотр, использование тахографа. Тенденции спроса на рынке международного автобусного туризма. Организация зарубежных автобусных туров из России.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об организации перевозки туристов автотранспортом, ***умений*** организовать обслуживание

туристов в соответствии с нормами и требованиями, использовать нормативные документы по качеству, стандартизации и сертификации для формирования турпродукта, ***опыта*** грамотного общения с различными типами клиентов, анализа нормативной и правовой документации, бронирования перевозки туристов, используя автоматизированные системы бронирования ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-8, ПК-9).*

Литература

1. Кусков, А.С. Транспортное обеспечение в туризме [Электронный ресурс]: учебник / А.С. Кусков, Ю.А. Джаладян. – М.: КноРус, 2016. – 354 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/916502/view2/1.
2. Кусков, А.С. Технологии организации туроператорской деятельности [Электронный ресурс]: учебник / А.С. Кусков, Н.В. Сирик. – М.: КноРус, 2018. – 383 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/926585/view2/3.

Тема 4. Железнодорожные путешествия

Практическое занятие (1 час)

Развитие железнодорожного туризма. История возникновения, этапы развития железнодорожного туризма. Современные мировые тенденции развития туризма с использованием железнодорожного транспорта. Перспективные направления железнодорожного туризма в России. Виды и схемы построения железнодорожных туров. Свойства туров по железной дороге (комфорт, безопасность группового перемещения, свобода в организации личного времени туристов, экономичность) Классификация железнодорожных туров: по продолжительности (однодневные, непродолжительные, многодневные), по включению в сетку движения (типовые, эксклюзивные), по времени действия (постоянные, сезонные, периодические, разовые), по типу программы тура (круизы, инклюзив-туры, конгресс-туры). Маршрут тура: начало, конец маршрута. Схемы построения маршрутов железнодорожных туров (линейный, кольцевой). Организация железнодорожного путешествия и обслуживания туристов. Пакет туристического обслуживания. Зоны обслуживания туристов: стационарные (перроны, залы ожидания, помещения культурно-бытового обслуживания) и подвижные (вагоны). Средства обеспечения комфортности в туре. Классификация пассажирских вагонов. Композиция (схема) состава туристского поезда. Сведения, необходимые турфирме при формировании заявки на транспортное обслуживание железнодорожных групп туристов на маршруте. Руководитель туристской группы, его права и обязанности. Организация питания на турпоездах. Особенности организации железных туров для людей с ограниченными возможностями и детских туристских групп. Основные мировые тенденции совершенствования железнодорожного обслуживания в туризме. Международные железнодорожные сообщения и

туризм. Конвенция и Статут о свободе транзита. Европейская система железнодорожных сообщений. Международные соглашения России о железнодорожных перевозках.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об организации перевозки туристов железнодорожным транспортом, ***умений*** организовать обслуживание туристов в соответствии с нормами и требованиями, использовать нормативные документы по качеству, стандартизации и сертификации для формирования турпродукта, ***опыта*** грамотного общения с различными типами клиентов, анализа нормативной и правовой документации, бронирования перевозки туристов, используя автоматизированные системы бронирования ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-8, ПК-9).*

Литература

1. Кусков, А.С. Транспортное обеспечение в туризме [Электронный ресурс]: учебник / А.С. Кусков, Ю.А. Джаладян. – М.: КноРус, 2016. – 354 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/916502/view2/1.
2. Кусков, А.С. Технологии организации туроператорской деятельности [Электронный ресурс]: учебник / А.С. Кусков, Н.В. Сирик. – М.: КноРус, 2018. – 383 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/926585/view2/3.
3. Чудновский, А.Д. Управление индустрией туризма [Электронный ресурс]: учебное пособие / А.Д. Чудновский, М.А. Жукова. – М.: КноРус, 2016. – 437 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919516/view2/1.

Тема 6. Речные и морские круизы

Практическое занятие (1 час)

Водный круизный бизнес на мировом и российском туристском рынке. История развития и преимущества водного круизного туризма. Современное положение круизов на мировом туристском рынке и состояние круизного туризма в России. Рынки мировых морских и речных круизов. Основные круизные регионы. Морские и речные бассейны России. «Ассоциация российских круизных агентств» (АРКА). Координация круизного бизнеса в мире. Виды перевозок туристов водным транспортом. Виды и продолжительность круизов. Классификация и технические характеристики средств водного транспорта. Маршруты морских круизов: кольцевые, open/aw, кратковременные, прибрежные прогулочные рейсы, кругосветные. Географическая классификация морских круизов: региональные, международные океанические, каботажные. Предоставление услуг туристам в течение круиза: питание, развлечения, бытовые услуги. Платные и бесплатные услуги. Виды наземного обслуживания в течение морского

/речного /путешествия. Условия комфортабельности на морских судах и в каютах: основные, дополнительные. Тарифы и классификационные признаки кают. Категории и характеристики кают на речных судах. Яхтенные туры. Классификация яхт: одно и многокорпусные, парусные и моторные. Требования по организации и программе яхтенных круизов Организация круиза. Договорная документация и взаимоотношения туристской компании с речными/морскими/ пароходствами. Аренда судов для туристских целей. Фрахт- контракт. Содержание и порядок заключения договоров между пароходством и туроператором на обслуживание туристов. Обязанности сторон при организации водных круизов. Особенности взаимоотношений при организации морских и речных круизов. Заключение договоров с предприятиями питания, принимающими турфирмами на береговое обслуживание.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об организации перевозки туристов водным транспортом, ***умений*** организовать обслуживание туристов в соответствии с нормами и требованиями, использовать нормативные документы по качеству, стандартизации и сертификации для формирования турпродукта, ***опыта*** грамотного общения с различными типами клиентов, анализа нормативной и правовой документации, бронирования перевозки туристов, используя автоматизированные системы бронирования ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-8, ПК-9).*

Литература

1. Кусков, А.С. Транспортное обеспечение в туризме [Электронный ресурс]: учебник / А.С. Кусков, Ю.А. Джаладян. – М.: КноРус, 2016. – 354 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/916502/view2/1.
2. Кусков, А.С. Технологии организации туроператорской деятельности [Электронный ресурс]: учебник / А.С. Кусков, Н.В. Сирик. – М.: КноРус, 2018. – 383 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/926585/view2/3.

6. Самостоятельная работа студентов

Самостоятельная работа студентов, направленная на углубление и закрепление знаний, а также развитие практических умений заключается в:

- работе студентов с лекционным материалом, поиск и анализ литературы и электронных источников информации по заданной проблеме;
- выполнении домашних заданий;
- изучении тем, вынесенных на самостоятельную проработку;
- изучении теоретического материала к практическим занятиям;
- подготовке к экзамену.

Перечень вопросов, выносимых для самостоятельной работы студентов:

Содержание заданий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Тема 1. Основы транспортного обеспечения туристской деятельности. 1. Современные технологии в развитии видов перевозок. 2. Мультимодульные транспортные терминалы	8	Письменная работа	5 семестр
Тема 2. Туристский продукт: структура, особенности, типы. 1. Сравнительный анализ транспортной составляющей нескольких туров	8	Письменная работа	5 семестр
Тема 3. Автотуризм 1. Обслуживание пассажиров на многодневных международных маршрутах. 2. Условия аренды автомобилей в зарубежных странах. 3. Сравнительный анализ практики перевозок туристов на международных и внутри российских маршрутах. 4. Оценка российского автопарка туристских перевозок. 5. Обзор современного состояния международного автобусного туризма по России. 6. Динамика развития автобусного туризма в Европе. 7. Сравнительный анализ рынка автобусного туризма различных стран Европы. 8. Проблемы организации международных автобусных туров. Права, обязанности и ответственность участников автобусной перевозки. 9. Самодеятельный туризм на автомобиле.	8	Письменная работа, презентация	5 семестр

Тема 4. Железнодорожные путешествия. 1. Характеристика железнодорожного транспорта России. Использование РЖД в туристских целях. 2. Опыт обслуживания туристов на зарубежных железных дорогах. 3. Особенности обслуживания туристов на трансконтинентальных железных маршрутах 4. Прогрессивные технологии пассажирского и туристского обслуживания на железнодорожном транспорте. 5. Инфраструктура железнодорожных перевозок. Системы управления в ЖД перевозках	10	Письменная работа, презентация	5 семестр
Тема 5. Использование воздушного транспорта для целей туризма. 1. Ведущие авиакомпании мира. 2. Характеристика основных аэропортов мира. 3. Преимущества и недостатки чартерных перевозок в России Правовое регулирование воздушных полётов и перевозок. 4. Классификация воздушных судов Инфраструктура международных пассажирских авиаперевозок. 5. Обеспечение безопасности авиа перелетов. 6. Развитие системы бронирования и продаж авиабилетов. 7. Чартерные авиаперевозки в туризме.	8	Письменная работа, презентация	6 семестр
Тема 6. Речные и морские круизы. 1. Анализ работы российских круизных операторов. 2. Сравнительный анализ работы мировых круизных операторов.	8	Письменная работа, презентация	6 семестр

3. Характеристика крупнейших морских портов. 4. Обслуживание туристов на речных круизных судах в России. 5. Российские речные пароходства и судоходные компании, виды линий и сообщений. 6. Яхтинг - тенденции развития. 7. Использование подводных судов для целей туризма.			
Тема 7. Технические средства передвижения для реализации комбинированных туров. 1. Ретроспектива организации и развития комбинированных туров. 2. Маршруты и география комбинированных туров. 3. Транспортно-экскурсионное обеспечение туристов в рамках комбинированных туров.	6	Письменная работа, презентация	6 семестр
Тема 8. Транспортный туризм. 1. Сравнительная характеристика транспортной сети Германии и Италии. 2. Сравнительная характеристика транспортной сети Чехии и Австрии. 3. Сравнительная характеристика транспортной сети Японии и Индии. 4. Сравнительная характеристика транспортной сети Китая и Казахстана. 5. Сравнительная характеристика транспортной сети России и США.	6	Письменная работа, презентация	6 семестр
Итого	62		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Самостоятельная работа студентов, направленная на углубление и закрепление знаний, а также развитие практических умений заключается в:

- работе студентов с лекционным материалом,
- поиске и анализе литературы и электронных источников информации по заданной проблеме;
- выполнении домашних заданий;
- изучении тем, вынесенных на самостоятельную проработку;
- изучении теоретического материала к практическим занятиям;
- подготовке к зачёту.

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
ПК-8 – способен реализовывать технологии турагентской и туроператорской деятельности	ПС 04.005 «Экскурсовод (гид)»	**Знает (пороговый уровень):** - особенности обслуживания туристов на различных видах транспорта; - правила перевозки туристов различными видами транспорта; - правила бронирования, заказа и возврата
	С/01.6 Разработка экскурсий	билетов; существенные условия арендных договоров на транспортные средства и чартерных договоров на перевозки; - законы и иные нормативные правовые акты Российской Федерации в сфере туризма. **Умеет (стандартный уровень):** - организовать обслуживание туристов в соответствии с нормами и требованиями при организации перевозок различными видами транспорта. **Имеет опыт (эталонный уровень):** - грамотного общения с различными типами клиентов, - бронирования перевозки туристов, используя автоматизированные системы бронирования

		- решения различных и характерных проблем туристской деятельности и организации производства.
ПК-9 – способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с целью успешной реализации рекреационно-оздоровительного, спортивного, туристского и фитнес продукта		**Знает (пороговый уровень):** - технологии обслуживания клиентов, технологическая документация и информационные ресурсы; - потребители туристского продукта, их запросы, потребности и ключевые ценности; - теорию формирования потребностей и межличностного общения **Умеет (стандартный уровень):** - применять знания психологии в работе с группой; - обеспечить партнерское взаимодействие с потребителями и заинтересованными сторонами; - обеспечить стандарты качества и нормы безопасности комплексного туристского обслуживания; - организовать процесс обслуживания потребителей и (или) туристов на основе выявленных потребностей туристов, формировать взаимоотношений потребителем. **Имеет опыт (эталонный уровень):** - организации процесса обслуживания потребителей на основе анализа рыночного спроса и потребностей туристов и других заказчиков услуг. - изучения требований туристов, анализа мотивации спроса на реализуемые туристские продукты. - выбора и применения клиентоориентированных технологий туристского обслуживания; - формирования рабочих групп для решения поставленных задач

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

• ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Критерии оценки уровня развития компетенций

у студентов в рамках учебного курса, их соответствие по 4-х уровневой шкале

Критерии оценки компетенций	Традиционная (4-х уровневая) шкала оценки
«Отлично» – очень высокий уровень развития компетенций, отвечает всем требованиям ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	отлично
«Очень хорошо» – высокий уровень развития компетенций, отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	хорошо
«Хорошо» – уровень развития компетенций выше среднего, отвечает всем основным требованиям, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые из выполненных заданий, могут содержать ошибки	хорошо
«Удовлетворительно» – средний уровень развития компетенций, отвечает большинству основных требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не являются существенными, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, значительная часть заданий выполнены с ошибками	удовлетворительно

«Посредственно» уровень развития компетенций ниже среднего, не отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены, либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	удовлетворительно
«Неудовлетворительно» – низкий уровень развития компетенций, теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному.	Неудовлетво-рительно

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль качества усвоения знаний проводится регулярно в течение всего семестра: выступления на семинарах, подготовка презентаций, в виде обсуждения результатов выполнения кейс-заданий.

Промежуточный контроль качества усвоения знаний осуществляется в виде итогового зачета по вопросам в 4 семестре.

7.2.2 Тестовые задания для текущего контроля

Инструкция. Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов, из предложенных, являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

Тесты по разделу «Транспортное обслуживание туристов на автомобильном транспорте»

1. Какие документы регулируют автомобильные перевозки в международном сообщении?
А) Афинская Конвенция.
Б) Женевская Конвенция.
В) Монреальская Конвенция.
Г) Бернская Конвенция.
Д) Варшавская Конвенция.
Е) Бишкекская Конвенция.

2. Как называется документ, регулирующий автомобильные перевозки в Российской Федерации?
А) Кодекс автомобильного транспорта РФ.
Б) Кодекс городского и магистрального транспорта РФ.
В) Кодекс автомобильного транспорта и городского наземного электрического транспорта.
Г) Устав автомобильного транспорта РФ.
Д) Устав городского и магистрального транспорта РФ.
Е) Устав автомобильного транспорта и городского наземного электрического транспорта

3. На какое расстояние курсируют пригородные автобусы?
А) На расстояние до 50 км от центра города.
Б) На расстояние до 50 км от черты города.
В) На расстояние до 70 км от центра города.
Г) На расстояние до 70 км от черты города.
Д) На расстояние до 100 км от центра города.
Е) На расстояние до 100 км от черты города.

4. Как классифицируются туристические автобусы по комфортабельности?
А) На 4 класса.
Б) На 5 классов.
В) На 4 типа.
Г) На 5 типов.
Д) На 4 вида.
Е) На 5 видов.

5. Какие показатели не входят в перечень требований, по которым определяется класс туристско-экскурсионных автобусов?
А) Мощность двигателя.
Б) Вид вентиляции.
В) Требования к окнам.
Г) Требования к сидениям.
Д) Количество мест для сидения.
Е) Внутреннее освещение.

6. Имеет ли пассажир право на остановку в пути при проезде в междугородном автобусе?
А) Вообще не имеет права на остановку в пути следования.
Б) Имеет право, но не более чем на одни сутки.
В) Имеет право, но не более чем на двое суток.
Г) Имеет право, но не более чем на трое суток.
Д) Имеет право, но не более чем на одну неделю.
Е) Имеет право, но не более чем на 10 дней.

7. Каковы правила перевозки детей с предоставлением места на междугородных автобусах регулярных маршрутов?
А) Дети до 5 лет перевозятся по детским тарифам, старше 5-и лет – по взрослому тарифу.
Б) Дети до 7 лет перевозятся по детским тарифам, старше 7-и лет – по взрослому тарифу.
В) Дети до 10 лет перевозятся по детским тарифам, старше 10-и лет – по взрослому тарифу.
Г) Дети до 12 лет перевозятся по детским тарифам, старше 12-и лет – по взрослому тарифу.

Д) Дети до 14 лет перевозятся по детским тарифам, старше 14-и лет – по взрослому тарифу.
Е) Детских тарифов с предоставлением отдельного места на международных автобусных маршрутах не существует.

8. Какие документы не обязательны на борту автобуса, осуществляющего международный автобусный тур?
А) Разрешение на въезд на территорию иностранного государства.
Б) Список пассажиров.
В) Свидетельство о регистрации автотранспортного средства.
Г) Международный страховой полис автогражданской ответственности.
Д) Тахограммы (регистрационные листки) за текущую неделю.
Е) Все перечисленные документы являются обязательными.

9. Какие из перечисленных видов автобусных туров не вписываются в определённый классификационный ряд?
А) Экономичные.
Б) Стандартные.
В) Фирменные.
Г) Эксклюзивные.
Д) Комбинированные.
Е) Нет правильного ответа (все вписываются в данный классификационный ряд).

10. Как называется страховой полис автогражданской ответственности, необходимый для совершения международного автобусного тура?
А) «Зелёный автомобиль».
Б) «Зелёный автобус».
В) «Зелёная карта»,
Г) «Зелёный полис».
Д) «Зелёный сертификат».
Е) «Зелёное свидетельство».

11. Какие факторы не влияют на стоимость проката автомобиля?
А) Длительность аренды автомобиля.
Б) Класс автомобиля.
В) Срок эксплуатации автомобиля.
Г) Район страны.
Д) Возраст водителя.
Е) Все выше перечисленные факторы влияют на стоимость аренды автомобиля.

Тесты по разделу «Транспортное обслуживание туристов Водным транспортом»

1. Какой документ регулирует международные перевозки на морском транспорте?
А) Афинская Конвенция.
Б) Бернская Конвенция.
В) Варшавская Конвенция.
Г) Женевская Конвенция.
Д) Монреальская Конвенция.
Е) Чикагская Конвенция.

2. Как называется документ, регулирующий перевозки пассажиров на морском транспорте в России?

А) Устав морского транспорта Российской Федерации.
Б) Устав внутреннего морского транспорта Российской Федерации.
В) Устав торгового мореплавания Российской Федерации.
Г) Кодекс морского транспорта Российской Федерации,
Д) Кодекс внутреннего морского транспорта Российской Федерации,
Е) Кодекс торгового мореплавания Российской Федерации.

3. Какие факторы не влияют на стоимость каюты на морских судах?
А) Размер каюты.
Б) Высота палубы, на которой расположена каюта.
В) Место расположения каюты по длине палубы.
Г) Количество спальных мест в каюте.
Д) Расположение спальных мест в каюте.
Е) Нет правильного ответа (все выше перечисленные факторы влияют на стоимость каюты).

4. Какое утверждение является неправильным?
А) Паромы предназначены для перевозок пассажиров и грузов через водные преграды.
Б) На паромах можно совершать круизы.
В) Паромы предназначены только для морских перевозок.
Г) На паромах имеются сидячие палубные места для перевозки пассажиров.
Д) На паромах имеются каюты для перевозки пассажиров.
Е) На паромах имеются специальные помещения для перевозки сухопутных транспортных средств.

5. Аренда морских судов без экипажа называется:
А) Простой чартер.
Б) Простой морской чартер.
В) Тайм чартер.
Г) Бербоут чартер.
Д) Блок чартер.
Е) Спецчартер.

6. Назовите неправильное утверждение:
А) Путешествие на круизном лайнере организовано по системе «All inclusive».
Б) Путешествие на круизном лайнере для туриста всегда представляет кольцевой маршрут.
В) В программу круизов включаются береговые экскурсии.
Г) Круиз осуществляется без захода в промежуточные порты.
Д) Круиз осуществляется на пароме.
Е) Круиз организуется на ледоколе.

7. Как называется документ, регулирующий перевозки пассажиров на реках и озёрах в России?
А) Водный Кодекс Российской Федерации.
Б) Кодекс внутреннего водного транспорта Российской Федерации.
В) Кодекс плавания по внутренним водным путям Российской Федерации.
Г) Водный Устав Российской Федерации.
Д) Устав внутреннего водного транспорта Российской Федерации.
Е) Закон о внутреннем водном транспорте Российской Федерации.

8. Какова норма провоза багажа на речных транспортных судах?

А) 50 кг на одного пассажира независимо от возраста.
Б) 100 кг на взрослого пассажира и 50 кг на ребёнка.
В) 100 кг на одного пассажира независимо от возраста.
Г) Не ограничивается вообще.
Д) 200 кг на одного пассажира независимо от возраста.
Е) 500 кг на одного пассажира независимо от возраста.

9. К экскурсионно-прогулочным маршрутам на водных судах относятся маршруты продолжительностью:
А) Не более 8 часов.
Б) Не более 10 часов.
В) Не более 12 часов.
Г) Не более 24 часов.
Д) Не более 36 часов.
Е) Не более 48 часов.

10. Пассажир, перевозимый на транспортном речном судне:
А) Не имеет права на остановку в пути следования.
Б) Имеет право на одну остановку на неограниченный срок.
В) Имеет право на одну остановку сроком до 7 дней.
Г) Имеет право на одну остановку сроком до 10 дней.
Д) Имеет право на одну остановку сроком до 10 дней только в том случае, если он едет на расстояние более чем на 500 км.
Е) Имеет право на одну остановку сроком до 10 дней только в том случае, если он едет на расстояние более чем на 700 км.

11. Каковы правила перевозки детей с предоставлением места на транзитных речных судах?
А) Дети до 5 лет перевозятся по детским тарифам, старше 5-и лет – по взрослому тарифу.
Б) Дети до 7 лет перевозятся по детским тарифам, старше 7-и лет – по взрослому тарифу.
В) Дети до 10 лет перевозятся по детским тарифам, старше 10-и лет – по взрослому тарифу.
Г) Дети до 12 лет перевозятся по детским тарифам, старше 12-и лет – по взрослому тарифу.
Д) Дети до 14 лет перевозятся по детским тарифам, старше 14-и лет – по взрослому тарифу.
Е) Детских тарифов с предоставлением отдельного места на речных транзитных маршрутах не существует.

12. Какие из перечисленных услуг, предоставляемых на речных круизных судах, относятся к платным?
А) Пользование бассейном.
Б) Пользование библиотекой.
В) Пользование телевизором в салоне для просмотра телепрограмм.
Г) Пользование сауной.
Д) Пользование медпунктом для оказания первой помощи.
Е) Пользование баром.

7.2.3 Вопросы к зачёту

1. Основные тенденции развития туризма в мире. Роль транспорта в развитии туристского бизнеса.
2. Средства перевозок в туризме и их характеристики. Классификация транспортных путешествий и транспортных средств.
3. Автотуризм. Виды технических средств, используемых для автотуризма.
4. Виды, назначение туристских автобусов. Категорирование автобусов по уровню комфортности.
5. Договорные отношения туристской фирмы по аренде автобусов: содержание договора, права, обязанности и ответственность сторон, порядок оплаты транспортных услуг.
6. Современное состояние и перспективы развития внутреннего автобусного туризма в России.
7. Технология организации международных автобусных перевозок туристов. Пересечение границ. Основные требования по обеспечению безопасности автобусных туров.
8. Современные мировые тенденции развития туризма с использованием железнодорожного транспорта. Перспективные направления железнодорожного туризма в России.
9. Специфика и особенности организации туров по железной дороге. Особенности организации перевозок туристов туристско-экскурсионными поездами.
10. Показатели качества железнодорожных пассажирских перевозок. Зоны обслуживания туристов на железной дороге.
11. Пассажирские вагоны. Композиционная схема состава туристского поезда. Средства обеспечения комфортности железнодорожного путешествия. Общемировые тенденции совершенствования обслуживания туристов и пассажиров на железнодорожном транспорте.
12. Место воздушного транспорта в системе туристских перевозок. Причины популярности авиаперевозок в туризме.
13. Международные соглашения в области авиаперевозок: Варшавская конвенция, Чикагская конвенция, Бермудское соглашение.
14. Участники воздушного сообщения: авиа-компании, авиа-союзы и аэропорты.
15. Виды услуг воздушного транспорта. Классы обслуживания на воздушном транспорте и их главные отличия.
16. Использование регулярных и чартерных авиарейсов для развития туризма. Достоинства, недостатки и ограничения в регулярных/ чартерных авиаперевозках.
17. Авиабилет: виды, порядок бронирования/отмены брони, права, обязанности пассажира и перевозчика. Системы компьютерного бронирования и их влияние на развитие туризма.

18. Обеспечение безопасности туристов и пассажиров на авиационном маршруте.
19. Договорные взаимоотношения турфирмы и авиаперевозчика. Преимущества агентского соглашения для туристской фирмы и авиакомпании.
20. Современное состояние и перспективы развития водного туризма в мире. Особенности развития водного туризма в России.
21. Состояние круизного туризма в России. Морские и речные бассейны России
22. Виды маршрутов и географическая классификация морских круизов.
23. Виды услуг, предоставляемых туристам в течение морского /речного /путешествия. Бортовое и наземное обслуживание. Платные и бесплатные услуги.
24. Категории и характеристики кают на судах. Физиологические и эмоциональные условия комфортабельности путешествия на судах.
25. Аренда судов для туристских целей. Фрахт-контракт.
26. Понятие «Комбинированный тур». Достоинства и недостатки комбинированных туров.
27. Проблемы и особенности организации транспортного обеспечения туристов в рамках комбинированных туров.
28. Основные черты и классификация транспортных туров. Обеспечение комфорта туристов в транспортных турах.

7.2.4 Кейс-задания для текущего контроля

Комплексное практическое кейс-задание 1.

Комплексное практическое кейс задание выполняется в несколько этапов группами студентов в количестве 2-3 человек.

1 этап. Разработка программы комбинированного тура. Задачей участников является разработка комбинированного тура, имеющего определенную цель. Каждая группа участников выдвигает свою идею, обосновывает ее конкурентоспособность, дает коммерческое наименование комбинированного тура. При разработке тура необходимо обосновать состав и общее количество туристов (необходимо определить будут ли это российские или иностранные туристы, уровень их доходов, профессию, мотивы поездки). Затем составить программу комбинированного тура по дням и часам. В программе должны быть предусмотрены использование нескольких видов транспорта, размещение18 туристов, питание, плановые мероприятия, экскурсии, свободное время. Развлечения могут быть предложены за дополнительную плату.

2 этап. Разработка договора на аренду транспортных средств. Задачей участников является определение поставщиков транспортных услуг и разработка проекта договора (-ов) по аренде транспортных средств, используемых при проведении комбинированного тура. В зависимости от

видов транспортных средств договоры могут быть: фрахт-контрактом, договором аренды, договором о воздушной перевозке и т.д. Договоры должны включать следующие разделы: предмет договора, права, обязанности и ответственность сторон, цена и стоимость услуг, порядок оплаты, форс-мажор и условия расторжения / изменения / условий договора, разрешение споров, дополнительные условия.

3 этап. Разработка калькуляции комбинированного тура. Калькуляция стоимости комбинированного тура осуществляется исходя из стоимости услуг. Формирование калькуляции тура осуществляется по следующей форме:

Статья затрат	**Количество туристов**	**Количество дней**	**Стоимость услуг**	**Сумма**
Общая стоимость комбинированного тура		x	x	
Прибыль турфирмы (15% от общей величины расходов)	x	x	x	
Стоимость индивидуальной путевки	x	x	x	

Комплексное практическое кейс-задание 2

Комплексное практическое кейс задание выполняется в несколько этапов группами студентов в количестве 2-3 человек.

Этап 1. Разработка правил поведения туристов при транспортной перевозке. Задачей участников является разработка правил поведения туристов в рамках однодневного железнодорожного тура «Маршрут выходного дня»

Этап 2. Документальное оформление несчастного случая, происшедшего в течение железнодорожного тура. Задачей участников является составление Акта о несчастном случае, происшедшего с застрахованным туристом на железнодорожном транспорте.

При разработке содержания Акта о несчастном случае студенты используют следующую форму акта:

Акт
О несчастном случае с застрахованным пассажиром
на железнодорожном транспорте

1. Гражданин _____
(ФИО застрахованного пассажира)

Являясь пассажиром туристского поезда № ____ «Маршрут выходного дня» сообщением
_____
Следовал по групповому туристскому железнодорожному билету «_____»_____2012г
В _____часов_____ минут получил (а) травму (погиб) на станции (в поезде)
_____
(наименование станции, участка дороги)
При следующих обстоятельствах _____
_____
(во время следования поезда, после объявления посадки, при посадке в вагон, выходе из вагона, падение под поезд)

2. Расследование обстоятельств несчастного случая велось _____
_____
(наименование следственного органа)

3. Кем оказана первая медицинская помощь и куда направлен пострадавший пассажир (турист)_____
(наименование мед учреждения и его адрес)

Акт составлен в __ час ___мин
Число «___»_____2012г

Подписи _____(_____)
(Расшифровка ФИО, контактный тел)

8. Перечень литературы

Для качественного усвоения учебного материала необходимо обеспечить доступ каждого студента к библиотечным фондам.

Также необходимо наличие следующего учебно-методического материала: 1) наглядных пособий по разделам учебной программы; 2) Государственный образовательный стандарт по направлению 43.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»; 3) учебные пособия и методические рекомендации.

Литература

1. Кусков, А.С. Транспортное обеспечение в туризме [Электронный ресурс]: учебник / А.С. Кусков, Ю.А. Джаладян. – М.: КноРус, 2016. – 354 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/916502/view2/1.
2. Кусков, А.С. Технологии организации туроператорской деятельности [Электронный ресурс]: учебник / А.С. Кусков, Н.В. Сирик. – М.: КноРус, 2018. – 383 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/ book/926585/view2/3.
3. Рябова, И.А. Экономика и организация туризма: международный туризм [Электронный ресурс]: учебное пособие / И.А. Рябова, Ю.В. Забаев, Е.Л. Драчева и др. – М.: КноРус, 2016. – 565 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/ book/918096/view2/1.
4. Чудновский, А.Д. Управление индустрией туризма [Электронный ресурс]: учебное пособие / А.Д. Чудновский, М.А. Жукова. – М.: КноРус, 2016. – 437 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919516/view2/1.

5. Ресурсный потенциал развития индустрии туризма : монография / ; под ред. А. Д. Чудновского, Коллектив авторов. — Москва : Русайнс, 2024. — 110 с. — ISBN 978-5-466-08501-3. — URL: https://book.ru/book/956980

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: https://elibrary.ru/defaultx.asp
2. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс].– Режим доступа: https://lib.rucont.ru/search
3. ЭБС «Университетская Библиотека Онлайн» [Электронный ресурс] . – Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Федеральные порталы, образовательные ресурсы:

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Национальный туристический портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://russia.travel

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света – справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет – интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.krugosvet.ru

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. – Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.rsl.ru

2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.library.ru
3. Российская национальная библиотека[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nlr.ru

Федерации, ассоциации и союзы:

1. Ассоциации содействия туристским технологиям[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.astt.ru

Периодические издания:

1. Вестник Национальной академии туризма[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nat-moo.ru

10. Методические указания по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

- необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;
- записывать удобнее на одной стороне листа;
- записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;

● следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;

● на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.

2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.

3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.

4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.

5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.

6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления 7 – 10 минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Методические указания для преподавателя

Изучение дисциплины «Транспортное обеспечение в туризме» рекомендуется осуществлять путем повышения доли самостоятельной работы учащихся. Самостоятельная работа – это любая деятельность, связанная с воспитанием мышления. Поэтому любой вид занятий, создающий условия для зарождения самостоятельной мысли, познавательно активности студента, связан с самостоятельной работой. В широком смысле под самостоятельной работой следует понимать совокупность всей самостоятельной деятельности студентов как в учебной аудитории, так и вне её, в контакте с преподавателем и в его отсутствии.

Самостоятельная работа реализуется:

1. в процессе аудиторных занятий - на лекциях, семинарских занятиях,

2. в контакте с преподавателем вне рамок расписания – в научных кружках, на консультациях по учебным вопросам, при выполнении индивидуальных заданий, создании презентаций, выполнением кейс-заданий и т.д. 3. без контакта с преподавателем, в процессе подготовки к занятиям, самооценки знания тем программы, написания рефератов, докладов, эссе и

т.д. Границы между этими видами работ достаточно размыты, а сами виды самостоятельной работы пересекаются.

Активная самостоятельная работа студентов возможна только при наличии серьезной и устойчивой мотивации. Самый сильный мотивирующий фактор - подготовка к дальнейшей эффективной профессиональной деятельности. Среди внутренних факторов, способствующих активизации самостоятельной работы. можно выделить следующие:

1. Полезность выполняемой работы. Если студент знает, что результаты его работы будут использованы в лекционном курсе, в методическом пособии, при подготовке публикации или иным образом, то отношение к выполнению задания существенно меняется в лучшую сторону и качество выполняемой работы возрастает. При этом важно психологически настроить студента, показать ему, как необходима выполняемая работа.

2. Участие студентов в научно-творческой деятельности. Это может быть участие в научно-исследовательской, проектной или методической работе, проводимой на кафедре или в рамках научного кружка.

3. Интенсивная педагогика. Она предполагает введение в учебный процесс активных методов, прежде всего деловых игр, тренинга, в основе которого лежат инновационные и организационно-деятельностные игры, деловые ситуации. В них происходит переход от односторонних частных знаний к многосторонним знаниям об объекте, ситуации, его моделирование с выделением ведущих противоречий, а не просто заучивание материала.

4. Участие в предметных олимпиадах по учебной дисциплине, конкурсах научно-исследовательских или прикладных работ и т.д.

5. Использование мотивирующих факторов контроля знаний (накопительные оценки, рейтинг, тесты, нестандартные экзаменационные процедуры). Эти факторы могут вызвать стремление к состязательности, что само по себе является сильным мотивационным фактором самосовершенствования студента.

6. Поощрение студентов за успехи в учебе и научно-творческой деятельности (премирование, поощрительные баллы) и санкции за плохие результаты.

7. Индивидуализация заданий, выполняемых как в аудитории, так и вне ее, постоянное их обновление.

8. Цикловое обучение («метод погружения»). Этот метод позволяет интенсифицировать изучение материала, так как сокращение интервала между занятиями по дисциплине требует постоянного внимания к содержанию курса и уменьшает степень забываемости.

Разновидностью этого вида занятий является проведение комплексного практического занятия, охватывающего несколько тем курса и направленного на решение сквозных задач.

Основная задача организации самостоятельной работы студентов заключается в создании психолого-дидактических условий развития интеллектуальной инициативы и мышления на занятиях транспортным

обеспечением туризма в любой форме. Основным принципом организации должен стать перевод всех студентов на индивидуальную работу с переходом от формального выполнения определенных заданий при пассивной роли студента к познавательной активности с формированием собственного мнения при решении поставленных проблемных вопросов и задач. Цель – научить студента осмысленно и самостоятельно работать сначала с учебным материалом, затем с научной информацией, привить умение в дальнейшем непрерывно повышать свою квалификацию.

При изучении дисциплины организация самостоятельной работы должна представлять единство трех взаимосвязанных форм:

1. Внеаудиторная самостоятельная работа;

2. Аудиторная самостоятельная работа, которая осуществляется под руководством преподавателя;

3. Творческая, в том числе научно-исследовательская работа.

Виды внеаудиторной самостоятельной работы разнообразны: подготовка и написание рефератов, докладов, эссе, самоподготовка и т.д. Чтобы развить положительное отношение студентов к внеаудиторной самостоятельной работе, следует на каждом ее этапе разъяснять цели работы, контролировать понимание этих целей студентами, постепенно формируя у них умение самостоятельной постановки задачи и выбора цели.

Аудиторная самостоятельная работа реализуется при проведении семинаров, а также при чтении лекций.

При чтении лекционного курса необходимо контролировать усвоение материала основной массой студентов путем интерактивного общения с аудиторией, включения студентов в рассмотрение темы, приведения актуальных примеров и т.д.

На семинарских занятиях различные виды самостоятельной работы позволяют сделать процесс обучения более интересным и поднять активность значительной части студентов в группе. С этой целью необходимо не менее 40-50% времени семинарского занятия уделять разбору и обсуждению ситуаций, решению сквозных комплексных кейс-заданий, ответам на вопросы и т.д.

Семинарское занятие целесообразно строить следующим образом:

1. Вводное слово преподавателя (цели занятия, основные вопросы, которые должны быть рассмотрены).

2. Блиц-опрос по теме.

3.Самостоятельная работа студентов (решение части сквозного комплексного кейс-задания с последующим разбором ошибок при решении)

Для проведения занятий необходимо иметь банк тематических блиц-вопросов (или мини-тестов, заданий и задач).

По результатам каждого семинарского занятия должна производиться оценка работы каждого студента. Такая оценка может основываться на результатах блиц опроса (выполненного теста), оценке выступления по теме реферата, доклада, эссе и т.д.

Таким образом, при завершении каждого семинара (и в целом всей дисциплины) каждый студент получает бальную оценку, свидетельствующую об активности его работы и успешности усвоения материала. Такой мониторинг знаний студентов через проведение постоянной их оценки создает условия для адекватной оценки студента.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения лекционных и семинарских занятий должны быть оснащены специализированной мебелью.

1. Необходимые технические средства обучения:
- мультимедийная приставка к ПК;
- слайдпроектор;
- переносной экран.

2. Библиотечный фонд литературы.

1. Аудиторный фонд

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326–	Укомплектованы специализированной	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип

	помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

12. Лицензионное программное обеспечение

Необходимые технические средства обучения при реализации данной дисциплины включают: а) мультимедийную приставку к ПК; б) слайдпроектор; в) переносной экран; г) библиотечный фонд специальной учебной и научно-методической литературы, а также лицензионное программное обеспечение, представленное в таблице 12.

Таблица 12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного

			класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за ОПОП
«Основной профессиональной образовательной программы» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ РЕКРЕАЦИИ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 1, 2
Семестр – 2, 3
Итоговая форма контроля – экзамен (3 семестр)

Рабочую программу разработала:
Матвеева А.В., к.п.н., ст. преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта……... 3
2. Результаты обучения по дисциплине……. 3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП……. 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы……. 5
5. Содержание дисциплины…… 6
5.1 Количество часов по видам занятий…… 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий…… 7
5.2.1 Содержание лекционных занятий……. 7
5.2.2 Содержание семинарских занятий…… 8
6. Самостоятельная работа студентов…… 11
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации…. 12
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины…….. 12
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы……. 13
8. Перечень основной и дополнительной литературы……. 22
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины…… 24
9.1 Электронные библиотечные системы…….. 24
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы…… 24
10. Методические указания по освоению дисциплины…… 25
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины…… 29
12. Лицензионное программное обеспечение……... 30

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО 3++, по направлению подготовки **49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»** утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 943 от 19.09.2017 г., с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включают:

01 – Образование и наука (в сфере дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 – Культура, искусство (в сфере туризма, в сфере санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 – Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- педагогический;
- организационно-управленческий;
- научно-исследовательский;
- тренерский;
- организационно-методический;
- рекреационно-оздоровительный.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-3 – Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности;

ОПК-5 – Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой

деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни;

ОПК-8 – Способен осуществлять контроль программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения, подбирать на основе их анализа соответствующие средства и методы реализации программ;

ОПК-15 – Способен осуществлять материально техническое сопровождение рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий.

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты и код трудовой функции	Формируемые компетенции
Знания: Знать принципы и методы отечественной и зарубежной систем рекреационно-оздоровительной деятельности и их роль и место в общей системе рекреации и туризма; технологию организационно-методической и управленческой работы в области рекреации и туризма; организационную структуру профессиональной деятельности в сфере рекреации и туризма; как разрабатывать и внедрять в учреждениях, местах массового отдыха программы и планы развития рекреационно-оздоровительных форм занятий физическими упражнениями и туризмом.		ОПК-3, ОПК-5, ОПК-8, ОПК-15
Умения: Уметь отбирать адекватные поставленным задачам средства и методы учебно-тренировочной, туристско-образовательной, рекреационно-досуговой и рекреационно-реабилитационной деятельности с учетом различных факторов; определять величину нагрузок, адекватную психофизическим возможностям индивида в различных условиях; формировать личность обучающихся в процессе рекреативных форм занятий и спортивно-оздоровительным туризмом, и использования других средств сохранения и увеличения физической дееспособности личности, её приобщению к здоровому образу жизни.		ОПК-3, ОПК-5, ОПК-8, ОПК-15
Опыт деятельности: Овладеть навыками практической разработки и внедрения различных программ и предложений по внедрению активных видов физической рекреации; формирования алгоритмов и этапов реализации процесса оказания рекреационных услуг; оценивать		ОПК-3, ОПК-5, ОПК-8, ОПК-15

эффективность используемых средств и методов в учебно-тренировочном процессе, рекреационно-оздоровительной и туристской деятельности.		

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Теория и методика физической рекреации» включена в часть, формируемую участниками образовательных отношений (Б1.О.09). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-2 курсах, 2-3 семестрах по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля: экзамен. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: «Основы спортивно-оздоровительного туризма».

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Трудоемкость дисциплины 216 часов, из них 16 часов аудиторной работы и 191 час самостоятельной работы, аттестация – 9 часов.

Учебный процесс по курсу «Теория и методика физической рекреации» проводится в форме лекций, семинарских занятий и самостоятельной работы студентов.

Учет успеваемости ведется в виде микрозачетов по пройденным темам и итогового экзамена, проводимого в срок, установленный учебным планом. Экзамен выставляется за знание пройденных разделов теоретического курса и выполнение установленных требований по практической и самостоятельной работе.

Виды учебной работы	**Всего часов**	**Семестр**
Контактная работа преподавателя со студентами	16	2-3
Лекции	6	2-3
Практические занятия	10	2-3
Аттестация – экзамен	9	3
Самостоятельная работа	191	2-3
Общая трудоёмкость (часы)	216	2-3
Зачетные единицы	6	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего	Лекции	Семинар. занятия	Самост. работа
Раздел. Основы физической рекреации					
1.	Введение в теорию и методику физической рекреации.	21	2	-	19
2.	Физическая рекреация как важный фактор высокой работоспособности населения.	21	-	2	19
3.	Здоровый образ жизни и физическая рекреация.	19	-	-	19
Раздел 2. Организация физкультурно-рекреативной деятельности.					
4.	Рекреационная деятельность и особенности ее организации.	21	2	-	19
5.	Современные формы организации физической рекреации.	21	-	2	19
6.	Активные средства физической рекреации.	22	-	2	20
7.	Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в парках культуры и отдыха, а также по месту жительства населения.	21	-	2	19
8.	Особенности использования физической рекреации в учреждениях отдыха.	21	2	-	19
9.	Туризм как важнейший вид рекреационной деятельности.	21	-	2	19
10.	Физическая рекреация как объект и предмет научных исследований.	19	-	-	19
Экзамен		**9**			
Всего:		**216**	**6**	**10**	**191**
Трудоемкость в единицах		**6**			

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Раздел 1. Основы физической рекреации

Лекция 1. Введение в теорию и методику физической рекреации (2 часа)

Основные понятия теории и методики физической рекреации: «физическая рекреация», «оздоровительно-рекреативная физическая культура», «рекреационная деятельность», «рекреационный туризм». Задачи, которые должен уметь решать специалист в данной сфере. Основные и специфические функции физической рекреации. Основные признаки физической рекреации. Общие принципы физической рекреации: принцип наглядности; принцип систематичности; принцип динамичности. Специфические принципы использования физической рекреации в процессе труда и после трудовой реабилитации: принцип соответствия средств, методов и форм занятий содержанию труда и динамике работоспособности человека в режиме рабочей смены; принцип контрастности; принцип волнообразности.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, основах физических рекреации, на овладение навыками практической разработки и внедрения различных видов оздоровления и рекреационной деятельности, а также на формирование компетенций ОПК-3, ОПК-5, ОПК-8, ОПК-15.

Раздел 2. Организация физкультурно-рекреативной деятельности

Лекция 2. Рекреационная деятельность и особенности ее организации (2 часа)

Определение понятия «элементарные рекреационные занятия». Основные типы рекреационных занятий: рекреационно-лечебные занятия; рекреационно-оздоровительные занятия; рекреационно-спортивные занятия; рекреационно-познавательные занятия. Виды элементарных рекреационных занятий. Циклы рекреационной деятельности. Моделирование циклов рекреационных занятий. Классификация рекреационной деятельности – по общественной функции и технологии; по характеру организации; по числу участников; по признаку подвижности.

Литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, основах физических рекреации, на овладение навыками практической разработки и внедрения различных видов оздоровления и рекреационной деятельности, а также на формирование компетенций ОПК-3, ОПК-5, ОПК-8, ОПК-15.

Лекция 3. Особенности использования физической рекреации в учреждениях отдыха (2 часа)

Структура рационального построения санаторного режима. Особенности использования средств физической рекреации и лечебной физической культуры в санаториях. Характеристика четырёх основных режимов двигательной активности принятых в санатории: щадящий – №1, щадяще-тренирующий – № 2, тренирующий – № 3 и интенсивно-тренирующий – № 4. Система оздоровительно-рекреационной работы средствами физической культуры в санаториях-профилакториях. Цели и задачи физкультурно-оздоровительных мероприятий в данных учреждениях. Основные направления работы на турбазе. Массовые физкультурно-оздоровительные, рекреативные мероприятия на турбазе.

Литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, основах физических рекреации, на овладение навыками практической разработки и внедрения различных видов оздоровления и рекреационной деятельности, а также на формирование компетенций ОПК-3, ОПК-5, ОПК-8, ОПК-15.

5.2.2 Содержание семинарских занятий

Раздел 1. Основы физической рекреации.

Занятие 1. Физическая рекреация как важный фактор высокой работоспособности населения (2 часа).

Использование возможностей физической рекреации во всестороннем физическом и духовном развитии человека. Понятие рекреационные потребности. Физическая рекреация по месту жительства и массового отдыха населения. Виды отдыха. Формы физкультурно-оздоровительных занятий во время отдыха. Места массового отдыха населения, их рекреационный потенциал. Формирование потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом и осуществления для этого необходимых условий.

Литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, основах физических рекреации, на овладение навыками практической разработки и внедрения различных видов оздоровления и рекреационной деятельности, а также на формирование профессиональных компетенций ОПК-3, ОПК-5, ОПК-8, ОПК-15.

Модуль 2. Организация физкультурно-рекреативной деятельности.

Занятие 2. Современные формы организации физической рекреации (2 часа).

Организация и содержание физкультурно-оздоровительных занятий в групповой форме. Самостоятельные формы занятий физической рекреацией. Спортивные праздники и мероприятия, как одна из форм организации физической рекреации. Физкультурно-оздоровительный комплекс как современная форма физкультурно-оздоровительной работы с населением.

Литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, основах физических рекреации, на овладение навыками практической разработки и внедрения различных видов оздоровления и рекреационной деятельности, а также на формирование профессиональных компетенций ОПК-3, ОПК-5, ОПК-8, ОПК-5.

Занятие 3. Активные средства физической рекреации (2 часа).

Основные средства физической рекреации. Циклические аэробные упражнения в системе физической рекреации. Игровые упражнения в рекреационно-оздоровительной практике. Упражнения гимнастической направленности в системе физической рекреации.

Комплексирование различных видов физкультурно-рекреативной деятельности с современными водными процедурами. Комплексирование физкультурно-рекреативной деятельности методиками нетрадиционного оздоровления (йога, дыхательные упражнения, «пранаяма» и др.). Комплексирование различных видов физкультурно-рекреативной деятельности с современными оздоровительными направлениями физической культуры (фитнесс, аэробика, бодибилдинг, шейпинг, стрейчинг и др.).

Составление цикла рекреационных занятий для людей определенного возраста с использованием комплексов нетрадиционных средств оздоровления.

Литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, основах физических рекреации, на овладение навыками практической разработки и внедрения различных видов оздоровления и рекреационной деятельности, а также на формирование профессиональных компетенций ОПК-3, ОПК-5, ОПК-8, ОПК-5.

Занятие 4. Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в парках культуры и отдыха, а также по месту жительства населения (2 часа).

Функции парков культуры и отдыха. Управление физкультурно-оздоровительной и спортивной работой в парках культуры и отдыха. Методика организации и проведения занятий на плоскостных спортсооружениях. Характеристика физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы по месту жительства населения. Современные виды рекреационно-оздоровительных услуг для населения Российской Федерации.

Литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, основах физических рекреации, на овладение навыками практической разработки и внедрения различных видов оздоровления и рекреационной деятельности, а также на формирование профессиональных компетенций ОПК-3, ОПК-5, ОПК-8, ОПК-5.

Занятие 5. Туризм как важнейший вид рекреационной деятельности (2 часа).

Понятия и цели туризма. Туризм как составная часть физической рекреации. Характеристика рекреационного туризма. Особенности и специфика разработки туристско-рекреационного похода.

Защита проектов по разработке туристско-рекреационного мероприятия.

Литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, основах физических рекреации, на овладение навыками практической разработки и внедрения различных видов оздоровления и рекреационной деятельности, а также на формирование профессиональных компетенций ОПК-3, ОПК-5, ОПК-8, ОПК-5.

6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Содержание работы	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Модуль 1. Основы физической рекреации				
1.	Введение в теорию и методику физической рекреации.	19	Опрос, тестирование	2-3 семестр
2.	Физическая рекреация как важный фактор высокой работоспособности населения.	19	Ответы на вопросы	2-3 семестр
3.	Здоровый образ жизни как важнейший фактор физической рекреации.	19	Защита реферата	2-3 семестр
Модуль 2. Организация физкультурно-рекреативной деятельности				
4.	Рекреационная деятельность и особенности ее организации.	19	Конспект	2-3 семестр
5.	Современные формы организации физической рекреации.	19	Опрос	2-3 семестр
6.	Активные средства физической рекреации.	20	Ответы на вопросы	2-3 семестр
7.	Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в парках культуры и отдыха, а также по месту жительства населения.	19	Ответы на вопросы	2-3 семестр
8.	Особенности использования физической рекреации в учреждениях отдыха.	19	Конспект	2-3 семестр
9.	Туризм как важнейший вид рекреационной деятельности.	19	Опрос	2-3 семестр
10.	Физическая рекреация как объект и предмет научных исследований.	19	Опрос	2-3 семестр
	Итого	**191**		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к экзамену.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат. В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ОПК-3 – Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности;		Знает (пороговый уровень) принципы и методы отечественной и зарубежной систем рекреационно-оздоровительной деятельности и их роль и место в общей системе рекреации и туризма; технологию организационно-

ОПК-5 – Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни; ОПК-8 – Способен осуществлять контроль программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения, подбирать на основе их анализа соответствующие средства и методы реализации программ; ОПК-15 – Способен осуществлять материально техническое сопровождение рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий.		методической и управленческой работы в области рекреации и туризма; организационную структуру профессиональной деятельности в сфере рекреации и туризма; как разрабатывать и внедрять в учреждениях, местах массового отдыха программы и планы развития рекреационно-оздоровительных форм занятий физическими упражнениями и туризмом. Умеет (стандартный уровень) отбирать адекватные поставленным задачам средства и методы учебно-тренировочной, туристско-образовательной, рекреационно-досуговой и рекреационно-реабилитационной деятельности с учетом различных факторов; определять величину нагрузок, адекватную психофизическим возможностям индивида в различных условиях; формировать личность обучающихся в процессе рекреативных форм занятий и спортивно-оздоровительным туризмом, и использования других средств сохранения и увеличения физической дееспособности личности, её приобщению к здоровому образу жизни. Владеет опытом (эталонный уровень) навыками практической разработки и внедрения различных программ и предложений по внедрению активных видов физической рекреации; формирования алгоритмов и этапов реализации процесса оказания рекреационных услуг; оценивать эффективность используемых средств и методов в учебно-тренировочном процессе, рекреационно-оздоровительной и туристской деятельности.

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

В процессе изучения учебной дисциплины применяются следующие формы контроля:

- текущий контроль качества усвоения знаний проводится регулярно в течение 1 и 2 семестра. Включает в себя: письменные работы; устный опрос; защита рефератов; тестирование; подготовка видеороликов и презентаций по темам дисциплины);

- итоговый контроль качества усвоения знаний: знать теоретический материал в соответствии с программой, сдать экзамен по пройденным темам. Экзамен – 2 семестр.

Темы рефератов

1. Современные формы и методы рекреационной деятельности.
2. Система рекреационных организаций в современных условиях.
3. Нетрадиционные средства и методы в системе физической рекреации.
4. Основные принципы и подходы по оптимизации реабилитационной помощи населению.
5. Рекреация: понятие, особенности рекреативной деятельности, основные задачи.
6. Рекреационно-реабилитационные циклы системного оздоровления, технологические приемы, методы, подходы.
7. Использования естественных сил природы в рекреационно-оздоровительном процессе людей.
8. Рекреационное районирование, критерии формирования и использования различных типов рекреационных систем.
9. Рекреационные зоны Российской Федерации.
10. Лечебный и оздоровительный туризм, современное состояние и особенности.
11. Особенности моделирования рекреационных циклов на современном курорте.
12. Оздоровительные и реабилитационные формы рекреации.
13. Закаливание как средство физической рекреации.
14. Виды рекреационной деятельности.
15. Влияние физических нагрузок на организм человека.
16. Современные проблемы развития туризма.
17. Характеристика массовых форм и течений рекреации в России и за рубежом.
18. Характеристика современных направлений физической рекреации.
19. Современные виды ритмической гимнастики в системе физической рекреации.
20. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в системе физической рекреации.

Перечень вопросов для подготовки к семинарским занятиям

Тема: Введение в теорию и методику физической рекреации

1. Дайте определение понятию – «физическая рекреация».
2. Определите принципиальные отличия физической рекреации от физической культуры.
3. Значение и сущность физической рекреации.
4. Назовите основные цели и задачи физической рекреации.

5. Что такое рекреационная деятельность?
6. Каковы основные функции, признаки и аспекты физической рекреации?
7. Дайте характеристику основным и специфическим принципам физической рекреации.
8. Дайте характеристику основным средствам физической рекреации.

Тема: Физическая рекреация как важный фактор высокой работоспособности населения

1. Дайте определение понятию «рекреационные потребности».
2. Назовите основные уровни рекреационной организации людей.
3. Перечислите задачи оздоровительной рекреационной физической культуры по месту жительства и массового отдыха населения.
4. Назовите и охарактеризуйте виды отдыха населения.
5. Назовите факторы, которые влияют на использование свободного времени?
6. Дайте характеристику местам массового отдыха населения.
7. Перечислите основные формы физкультурно-оздоровительных занятий во время отдыха.

Тема: Здоровый образ жизни – важнейший фактор физической рекреации

1. Дайте определение понятию «здоровье человека».
2. Что понимается под духовно-нравственным здоровьем?
3. Назовите основные факторы, влияющие на здоровье человека.
4. Что понимается под физическим и психическим здоровьем человека?
5. Дайте определение понятию «здоровый образ жизни».
6. Что понимается под социальным здоровьем?
7. Охарактеризуйте основные компоненты здорового образа жизни.

Тема: Рекреационная деятельность и особенности ее организации

1. Чем объясняется важность изучения рекреационных потребностей?
2. Каковы особенности целевой ориентации рекреационных потребностей на всех уровнях их проявления?
3. Сущность и значение рекреационных потребностей?
4. Перечислите факторы, влияющие на формирование рекреационных потребностей.
5. Рекреационная деятельность и ее структурные особенности.
6. Рекреационные занятия и особенности их типологии.
7. Что понимают под циклами рекреационной деятельности?
8. Понятие об элементарных рекреационных занятиях.
9. Перечислите основные свойства и характеристики элементарных рекреационных занятий.
10. Особенности конструирования (моделирования) циклов рекреационных занятий.

11. Какие требования предъявляются к циклам рекреационных занятий?
12. По каким основаниям осуществляется классификация рекреационной деятельности?

Тема: Современные формы организации физической рекреации

1. Что представляют собой физкультурно-оздоровительные группы?
2. Дайте характеристику секциям по видам спорта.
3. Что представляют собой клубы по спортивным интересам?
4. Что такое школа здоровья?
5. Раскройте сущность самостоятельной формы занятий физической рекреацией.
6. Что представляет собой физкультурно-оздоровительный комплекс?

Тема: Активные средства физической рекреации

Дайте общую характеристику основных средств физической рекреации.

1. Каковы особенности применения циклических аэробных упражнений в системе физической рекреации?
2. Каковы особенности использования игровых упражнений в рекреационно-оздоровительной практике?
3. Назовите виды ритмической гимнастики с преимущественным развитием аэробных возможностей организма.
4. Каковы особенности использования упражнений гимнастической направленности в системе физической рекреации?

Тема: Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в парках культуры и отдыха, а также по месту жительства населения

1. Каковы основные функции парков культуры и отдыха?
2. Как осуществляется управление физкультурно-оздоровительной и спортивной работой в ПКиО?
3. Дайте характеристику физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы по месту жительства населения.
4. Какова методика организации и проведения занятий на плоскостных спортсооружениях?
5. Какие мероприятия включаются в план физкультурно-оздоровительной работы с населением по месту жительства?
6. Охарактеризуйте современные виды рекреационно-оздоровительных услуг в Российской Федерации.

Тема: Особенности использования физической рекреации в учреждениях отдыха

1. Каковы особенности использования физической рекреации в санаториях?
2. Дайте характеристику двигательным режимам, принятых в санаториях.
3. Как осуществляется физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в санаториях-профилакториях?

4. Дайте характеристику рекреативной физической культуре и спортивно-массовой работе в домах отдыха и пансионатах.
5. Каковы особенности рекреативной физической культуры и спортивно-массовой работы на турбазах?

Тема: Туризм как важнейший вид рекреационной деятельности

1. Дайте определение индустрии туризма.
2. Что такое туристская деятельность?
3. Определите принципиальные отличия туристской деятельности от экскурсионной.
4. Назовите основные цели, по которым могут совершаться туристские путешествия.
5. Каковы основные функции социально-гуманитарного воздействия туризма?
6. Дайте характеристику рекреационному туризму.
7. Как влияют занятия рекреационно-оздоровительным туризмом на организм человека?

Тестовые вопросы по дисциплине «Теория и методика физической рекреации»

Выберите только один правильный ответ.

1. Физическая рекреация это:
а) активный отдых;
б) вид физической культуры: целенаправленный процесс использования физических упражнений для лечения травм и их последствий, а также восстановления частично или временно утраченных двигательных способностей;
в) спортивно-игровая деятельность;
г) вид физической культуры: использование физических упражнений, а также видов спорта в упрощенных формах для активного отдыха людей, получение удовольствия от этого процесса.

2. Физическая культура это:
а) занятия физическими упражнениями;
б) вид культуры: который представляет собой специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования людей;
в) вид культуры: который представляет собой педагогический процесс направленный на всестороннее развитие физических способностей людей;
г) занятия спортом.

3. Физические упражнения это:
а) различные движения;

б) двигательные действия, используемые для развития физических способностей, органов и систем, для формирования и совершенствования двигательных навыков;
в) двигательная деятельность различного характера;
г) совокупность взаимосвязанных движений.

4. Основными направлениями физической рекреации являются:
а) рекреационная физическая культура, рекреация спорта;
б) физкультурно-производственная рекреация, оздоровительная физическая рекреация;
в) оздоровительное, реабилитационное, досуговое;
г) рекреативная физическая культура, рекреация туризма.

5. Здоровый образ жизни это:
а) отсутствие вредных привычек;
б) занятия физическими упражнениями;
в) формы повседневной жизнедеятельности, которые соответствуют гигиеническим принципам;
г) занятия спортом.

6. Здоровье это:
а) отсутствие заболеваний;
б) нормальное состояние организма человека, слаженная работа всех его органов и систем;
в) хорошее самочувствие, высокая работоспособность;
г) нормальное психосоматическое состояние человека, отражающее его полное физическое, психическое и социальное благополучие.

7. Основными функциями физической рекреации в современном обществе являются:
а) системно-функциональная, ценностно-ориентационная, коммуникативная; рекреативная, оздоровительно-реабилитационная;
б) нормативная, информационная, коммуникативная;
в) эстетическая, творчески-атрибутивная;
г) спортивная, прикладная, образовательная, развлекательная.

8. Основные признаки физической рекреации это:
а) культурно-ценностные аспекты, интеллектуальные и физические компоненты;
б) занятия основываются на двигательной активности, в качестве главных средств использует физические упражнения, оказывает оптимизирующее влияние на организм человека;
в) занятия по физ. рекреации проводятся в специально выделенное время, осуществляются на самодеятельных началах;
г) занятия осуществляются в преимущественно в искусственных условиях, носят образовательный характер.

9. Основными типами рекреационных занятий являются:
а) развлекательные, приключенческие;
б) альпинистские, приморские, водные;
в) курортные, приморские, экзотические;

г) лечебные, оздоровительные, спортивные, познавательные;

10. Рекреационная деятельность это:

а) деятельность направленная на оздоровление людей;

б) активный отдых;

в) деятельность людей направленная на расширенное воспроизводство их живых сил и характеризующаяся самоценностью ее процесса;

г) занятия физическими упражнениями на открытом воздухе.

11. Рекреативная физическая культура – это:

а) отдых, восстановление сил с помощью средств физического воспитания;

б) вид культуры: который представляет собой педагогический процесс направленный на всестороннее развитие физических способностей людей;

в) целенаправленный процесс использования физических упражнений для лечения травм и их последствий, а также восстановления частично или временно утраченных двигательных способностей;

г) занятия спортом на открытом воздухе;

12. Рекреационный туризм – это:

а) путешествие на курорт с целью отдыха;

б) форма активного туризма с определенными ограничениями по физическим нагрузкам;

в) временный выезд с постоянного места жительства в лечебно-оздоровительных и эвристических целях;

г) деятельность лица, путешествующего в место, находящееся вне его обычной среды.

13. Общая цель физической рекреации:

а) укрепление физического и психического здоровья, создание базы для умственного и физического труда;

б) активный отдых;

в) деятельность людей направленная на расширенное воспроизводство их живых сил и характеризующаяся самоценностью ее процесса;

г) занятии различными видами спорта.

14. Основными формами рекреационных занятий для взрослых являются:

а) различные игры с шарами;

б) занятия физическими упражнениями на открытом воздухе;

в) гигиеническая гимнастика, шейпинг, аэробика, прогулки (все виды), занятия в группах здоровья и спортивных секциях, туризм, различные игры с мячами;

г) верно б) и в).

15. Терренкур – это:

а) бег по пересеченной местности;

б) тематический маршрут с целью посещения достопримечательных объектов и местности;

в) занятия физическими упражнениями на открытом воздухе;

г) маршрут дозированной ходьбы, назначаемой отдыхающим в санаториях для тренировки сердечно-сосудистой системы, ОДА.

16. Рекреационные занятия – это:

а) занятия различными видами спорта;

б) способы реализации различных видов рекреационной деятельности;

в) комплексы мероприятий направленные на укрепление здоровья;

г) верно б) и в).

17. Рекреационный потенциал – это:

а) совокупность физических способностей человека;

б) совокупность всех видов научно-практической деятельности по организации и осуществлению восстановления и отдыха людей;

в) совокупность природно-климатических факторов и искусственной инфраструктуры, предназначенной для рекреационных мероприятий;

г) верно б) и в).

18. Цикл рекреационных занятий – это:

а) взаимосвязанное и взаимообусловленное сочетание элементарных рекреационных занятий;

б) программа отдыха;

в) комплексы мероприятий направленные на восстановление сил организма человека;

г) совокупность рекреационных занятий.

19. Экскурсия – это:

а) временный выезд с постоянного места жительства в эвристических целях;

б) тематический маршрут с целью посещения достопримечательных объектов и местности;

в) маршрут дозированной ходьбы по пересеченной местности;

г) форма активного туризма.

20. Элементарные рекреационные занятия – это:

а) занятия различными физическими упражнениями;

б) занятия физическими упражнениями ограниченные по времени и составу;

в) внутренне целостная, однородная, неразделимая на технологические компоненты рекреационная деятельность;

г) различные игры с мячами (волейбол, футбол, теннис, гандбол и др.).

Ответы:

1. г; 2. б; 3. б; 4. в; 5. в; 6. г; 7. а; 8. б; 9. г; 10. в; 11. а; 12. б; 13. а; 14 в; 15. г; 16 б; 17. г;18. а; 19. б; 20. в.

Перечень вопросов к экзамену по дисциплине «Теория и методика физической рекреации»

1. Основные понятия, цели и задачи физической рекреации.
2. Функции, признаки и основные аспекты физической рекреации.
3. Общие и специфические принципы физической рекреации.
4. Основные этапы развития физической рекреации в России.

5. Регулирование рекреационно-оздоровительной деятельности на региональном и муниципальных уровнях.
6. Понятие рекреационные потребности.
7. Физическая рекреация по месту жительства и массового отдыха населения.
8. Виды отдыха. Формы физкультурно-оздоровительных занятий во время отдыха.
9. Места массового отдыха населения, их рекреационный потенциал.
10. Понятие здоровья и его содержание.
11. Компоненты здорового образа жизни.
12. Основные факторы, характеризующие здоровье человека. Самооценка здоровья.
13. Элементарные рекреационные занятия как компоненты рекреационной деятельности.
14. Циклы рекреационных занятий и их моделирование.
15. Классификация рекреационной деятельности.
16. Организационно-методическая характеристика программ занятий рекреационно-оздоровительной направленности.
17. Особенности разработки и реализации программ физкультурно-спортивных туров на загородных туристских комплексах.
18. Организация и содержание физкультурно-оздоровительных занятий в групповой форме.
19. Самостоятельные формы занятий физической рекреацией.
20. Спортивные праздники и мероприятия, как одна из форм организации физической рекреации.
21. Физкультурно-оздоровительный комплекс как современная форма физкультурно-оздоровительной работы с населением.
22. Основные виды физической рекреации взрослых.
23. Организационно-методическая характеристика массовых форм и течений рекреации в России и за рубежом.
24. Основные средства физической рекреации.
25. Циклические аэробные упражнения в системе физической рекреации.
26. Игровые упражнения в рекреационно-оздоровительной практике.
27. Упражнения гимнастической направленности в системе физической рекреации.
28. Функции парков культуры и отдыха.
29. Управление физкультурно-оздоровительной и спортивной работой в парках культуры и отдыха.
30. Методика организации и проведения занятий на плоскостных спортивных сооружениях.
31. Характеристика физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы по месту жительства населения.
32. Современные виды рекреационно-оздоровительных услуг для населения Российской Федерации.

33. Организационно-методические особенности проведения занятий в виде физической рекреации и двигательной реабилитации в режиме рабочего дня и после рабочего восстановления.
34. Особенности состава средств, их отбор, гарантирующие оздоровительный эффект занятий оздоровительно-рекреационной направленности.
35. Особенности использования физической рекреации в санаториях.
36. Характеристика двигательных режимов, принятая в санаториях.
37. Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в санаториях-профилакториях.
38. Рекреативная физическая культура и спортивно-массовая работа в домах отдыха и пансионатах.
39. Рекреативная физическая культура и спортивно-массовая работа на туристских базах.
40. Программа обслуживания в процессе рекреационно-оздоровительных мероприятий.
41. Досуговые мероприятия и их место в программе рекреационно-оздоровительной и туристской деятельности.
42. Понятия и цели туризма.
43. Туризм как составная часть физической рекреации.
44. Характеристика рекреационного туризма.
45. Содержание физкультурно-оздоровительной работы (ФОР) с различным контингентом занимающихся.
46. Физическая рекреация с детьми дошкольного возраста.
47. Физическая рекреация с детьми разного школьного возраста.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература:

1. Соломина, И.Ю. Туристское рекреационное ресурсоведение: учебник [Электрон. ресурс] / под ред. И.Ю. Соломиной, О.У. Девлетова. – М.: Русайнс, 2026. – 229 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/960706.

2. Кулагина, Е.В. Технологии рекреации и анимации: учеб. пособие / Ю.В. Сливкова, Е.В. Кулагина. – Омск: Изд-во ОмГТУ, 2017. – 96 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/664529.

3. Макеева, В.С. Теория и методика физической рекреации: учебное пособие / В.В. Бойко, В.С. Макеева. – М.: Советский спорт, 2014. – 152 с. – Режим доступа: http://rucont.ru/efd/279286.

4. Теория и методика физической рекреации: метод. рекомендации по практ. занятиям / И.В. Петрачева – М.: РГУФКСМиТ, 2018 – 74 с.: ил. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/671382.

Дополнительная литература:

1. Александрова, А.Ю. Международный туризм: учебник / А.Ю. Александрова. – М.: КноРус, 2016. – 464 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/ 918842.

2. Бурняшева, Л.А. Основы курортологии: учебное пособие / Бурняшева Л.А. – М.: КноРус, 2026. – 440 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/926166.

3. Бабкин, А.В. Специальные виды туризма: учеб. пособие / А.В. Бабкин. – М.: Советский спорт, 2008. – 105 с. – Режим доступа: https://rucont.ru/read/ 983728?file=271101&f=983728.

4. Велединский, В.Г. Спортивно-оздоровительный сервис: учебник / В.Г. Велединский. – М.: КноРус, 2016. – 216 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/920699.

5. Ветитнев, А.М. Организация санаторно-курортной деятельности (Ростуризм): учебник / А.М. Ветитнев, Я.А. Войнова. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 270 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919722.

6. История туризма (Ростуризм): учебник / Под ред. Ю.С. Путрика. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 254 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919711.

7. Корабейников, И.Н. Технологии туристско-рекреационного проектирования и освоения территорий: учеб. пособие / Ю.Е. Холодилина, Оренбургский гос. ун- т, И.Н. Корабейников. – Оренбург: ОГУ, 2016. – 103 с.: ил. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/468910.

8. Косолапов, А.Б. Теория и практика экологического туризма: учебное пособие / А.Б. Косолапов. – М.: КноРус, 2017. – 229 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/922715.

9. Кружалин, В.И. География туризма (Ростуризм): учебник / В.И. Кружалин, Н.С. Мироненко, Н.В. Корн, Н.В. Шабалина. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 328 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919719.

10. Кусков, А.С. Основы туризма: учебник / А.С. Кусков, Ю.А. Джаладян. – М.: КноРус, 2016. – 396 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/918076.

11. Теория и методика спортивного туризма: учебник / ред.: В.А. Таймазов, ред.: Ю.Н. Федотов. – М.: Советский спорт, 2014. – 424 с.: ил. – Режим доступа: http://rucont.ru/efd/271139.

12. Федотов, Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник / Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков. – М.: Советский спорт, 2008. – 464 с.

13. Шевцов, В.С. Основы физической рекреации: курс лекций / В.С. Шевцов. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 167 с.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru
4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru

3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
10. Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

В качестве основных форм организации учебного процесса по дисциплине «Теория и методика физической рекреации» в предлагаемой методике обучения выступают лекционные и практические (семинарские) занятия, а также самостоятельная работа студентов.

На лекциях излагаются темы дисциплины, предусмотренные рабочей программой, акцентируется внимание на наиболее принципиальных и сложных вопросах дисциплины, устанавливаются вопросы для самостоятельной проработки. Конспект лекций является базой при подготовке к семинарским занятиям, к экзаменам, а также самостоятельной научной деятельности.

Изложение лекционного материала рекомендуется проводить в мультимедийной форме (презентаций). Смысловая нагрузка лекции смещается в сторону от изложения теоретического материала к формированию мотивации самостоятельного обучения через постановку проблем обучения и показ путей решения профессиональных проблем в рамках той или иной темы. При этом основным методом ведения лекции является метод проблемного изложения материала

Семинарские занятия по дисциплине проводятся с целью приобретения практических навыков в решении задач, которые создают условия для развития комплексного стиля мышления, способствуют пространственному мышлению во временном аспекте, решению проблем профессиональной деятельности.

Семинарские занятия способствуют более глубокому пониманию теоретического материала учебного курса, а также развитию, формированию и становлению различных уровней составляющих профессиональной компетентности студентов. Основой семинарских занятий выступают типовые задачи, которые должен уметь решать специалист в области рекреации и туризма.

В связи с ограниченным количеством часов и фундаментальным значением данного курса существенная нагрузка выпадает на самостоятельную работу студента. Эта работа выполняется в произвольном временном режиме без непосредственного участия преподавателя. Освоение дисциплины осуществляется посредством интеграции аудиторной (лекционных и семинарских занятий) и самостоятельной работы.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы.

Литература по дисциплине в учебно-методическом комплексе представлена главным образом учебниками и учебными пособиями. Необходимо также широкое использование интернет-источников, периодических отечественных и зарубежных изданий. При подготовке к практическим занятиям (семинарам) познакомься с темой, обрати внимание на рассмотрении данной темы в курсе лекций. Если тема на лекции не рассматривалась, изучите предлагаемую литературу (это позволит Вам найти ответы на теоретические вопросы). После этого приступайте к выполнению практических заданий.

При подготовке к экзамену по теоретической части выделите в вопросе главное, существенное (понятия, признаки, классификации и пр.), приведите практические примеры, иллюстрирующие теоретические положения. Варианты выполнения практических заданий предложите исходя из следующих критериев – «актуальность», «последовательность», «полнота», «креативность», «апробированность».

Объем самостоятельной работы может меняться самим студентом при изучении отдельных учебных элементов. В обязательную часть входит выполнение одного задания по каждому модулю (подготовка доклада, мультимедийного сообщения и т.д.).

В целях оптимизации образовательного процесса в рамках изучения дисциплины студентам предлагается следующая тактика:

- внимательно изучите программу дисциплины;
- оцените степень полезности освоения данной учебной дисциплины для своего профессионального роста;
- изучите материалы для аудиторной работы по дисциплине (тематическое содержание лекций, планы семинарских занятий, мультимедийное сопровождение занятий);
- изучите материалы для самостоятельной работы и сопоставьте предложенные задания с имеющимися у вас ресурсами (выполненные ранее работы по близкой теме, знакомство с конкретной технологией во время практики, наличие литературы по проблеме, предложенной в качестве предмета исследования, и т.д.);
- заведите электронную папку для Интернет-ресурсов, найденных Вами при подготовке к занятиям, соотнесите темы электронных материалов с вопросами контрольных работ и экзамена (это поможет Вам подготовиться к промежуточной и итоговой аттестации);
- выберите из проблемного поля курса интересующую вас тему для углубленного изучения (она может быть связана с вашей исследовательской деятельностью);
- найдите партнеров из числа сокурсников для выполнения групповых учебных заданий;
- в конце изучения каждого учебного элемента курса постарайтесь оценить результаты своей деятельности и сформулировать пожелания преподавателю по совершенствованию образовательного процесса.

При анализе нормативно-правового документа необходимо выделить те ценности и смыслы, которые позволяют видеть нормы жизни цивилизованного общества. Читая статью того или иного закона, надо соотнести ее содержание с реальной действительностью, подумать о путях ее реализации, о системе контроля за выполнением, об актуальности, значимости тех или иных сведений для конкретных лиц, возрастных групп. Важно не только знать, в каком нормативном документе дано разъяснение по тому или иному вопросу, но и как использовать получбенные знания.

По первому и второму модулям студентам следует усвоить, что лечебно-оздоровительный туризм занимает особое место в системе общемировых курортно-туристических отношений и более всего ценится возможность восстановить здоровье во время увлекательных туристских маршрутов

Выполнение самостоятельной работы предусматривает выполнение реферата (программы оздоровления, проекта) по одной из актуальных проблем в курортологии.

Выполнение работы проводится по следующей *примерной* структуре, которая может видоизменяться в зависимости от инновационной идеи студента:

1. Введение (цели и задачи исследования)

2. Актуальность
3. Описание региона исследования
4. Общее описание разработки (например, программа лечебно-оздоровительного тура)
5. Расчет стоимости новой программы оздоровления
6. Заключение
7. Список литературы

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
РЕКРЕАЛОГИЯ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 3
Семестр – 5, 6
Итоговая форма контроля – экзамен (6 семестр)

Рабочую программу разработала:
Матвеева А.В., к.п.н., ст. преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 5
5. Содержание дисциплины 7
5.1 Количество часов по видам занятий 7
5.2 Содержание дисциплины 8
5.2.1 Содержание лекционных занятий 8
5.2.2 Содержание практических занятий 10
6. Самостоятельная работа студентов 16
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 17
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 17
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы 18
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 18
7.2.2 Тестовые задания по дисциплине 21
7.2.3 Вопросы к экзамену 23
8. Перечень основной и дополнительной литературы 25
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 25
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 27
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 34
12. Лицензионное программное обеспечение 35

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-3 – способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью.

ОПК-5 – способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

ПК-6 – способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание.

	Соотнесённые профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания		
Знать основные понятия рекреалогии, виды рекреационных потребностей человека и общества и условия их формирования.		ОПК-3 ОПК-5 ПК-6
Знать виды рекреационной деятельности и соответствующие им рекреационные ресурсы.		ОПК-3 ОПК-5 ПК-6
Знать структуру рекреационной системы и взаимодействие ее компонентов.		ОПК-3 ОПК-5 ПК-6
Знать особенности организации и функционирования рекреационных систем на различных территориях.		ОПК-3 ОПК-5 ПК-6

Знать систему государственного регулирования рекреации и туризма и охрану рекреационных ресурсов, основы менеджмента и маркетинга рекреационных и туристских услуг.		ОПК-3 ОПК-5 ПК-6
Умения		
Уметь описывать факторы развития туризма и рекреации различных территориальных рекреационных систем РФ.		ОПК-3 ОПК-5 ПК-6
Уметь строить модель функционирования рекреационной системы.		ОПК-3 ОПК-5 ПК-6
Уметь разрабатывать концепции развития туризма и рекреации с учетом территориальных особенностей.		ОПК-3 ОПК-5 ПК-6
Навыки и /или опыт деятельности		
Владеть навыками моделирования рекреационной деятельности.		ОПК-3 ОПК-5 ПК-6
Владеть навыками оценки рекреационных ресурсов, туристской освоенности и перспектив развития туризма в различных регионах.		ОПК-3 ОПК-5 ПК-6

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Рекреалогия» относится к обязательным дисциплинам ОПОП (**Б1.О.12**). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе по очной форме обучения. Итоговая форма контроля: экзамен на 6 семестре. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: теория и методика физической рекреации, спортивно-оздоровительный туризм, базовые виды физической культуры.

ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Трудоемкость дисциплины **108** часов, из них **10** часов аудиторной работы и **89** часов самостоятельной работы студентов.

Учебный процесс по курсу «Рекреалогия» проводится в форме лекций, практических занятий самостоятельной работы студентов.

Учет успеваемости ведется в виде микрозачетов по пройденным темам и итогового зачета, проводимого в срок, установленный учебным планом. Зачеты выставляются за знание пройденных разделов теоретического курса и

выполнение установленных требований по практической и самостоятельной работе.

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр
Контактная работа преподавателя с обучающимися:			
-лекции		2	5
-практические занятия		8	5-6
Самостоятельная работа студентов		89	5-6
Итоговый контроль – экзамен		9	6
Общая трудоёмкость	**Часы**	**108**	
	Зачётные единицы	**3**	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Наименование разделов и тем	Всего	Лекции	Практи-ческие	Самост. работа
Раздел 1. Рекреалогия: обзор основных понятий и определений				
1. Рекреация: основные понятия и определения.	10	2	-	8
2.Рекреация как социально-экономическое явление. Анализ смысла рекреации.	8	-	-	8
3.Рекреация как современное явление, выражающееся в развитии индустрии массового отдыха.	10	-	2	8
4.Отдых и рекреация: общее и особенное. Классификация деятельности человека во время отдыха.	8	-	-	8
5. Время свободное и рекреационное, их соотношение. Нерабочее время и его функции.	10	-	2	8
6.Рекреационное время и рекреационное пространство.	8	-	-	8
Раздел 2. Рекреационные ресурсы как важнейшая составная часть рекреационного потенциала				
7. Рекреационная деятельность и рекреационный потенциал	8	-	-	8
8. Проблемы оценки природно-ресурсного потенциала территории	10	-	2	8
9. Рекреационная оценка природных ресурсов	8	-	-	8
Раздел 3. Рекреационные объекты, системы и рекреационная деятельность				
10.Территориальные природные системы	8	-	-	8
11.Рекреационные объекты и системы	4	-	-	4
12.Рекреационные потребности как основа рекреационной деятельности	7	-	2	5
Экзамен	**9**			
Всего:	**108**	**2**	**8**	**89**
Трудоёмкость в зачётных единицах	**3**			

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Лекция 1. Рекреация: основные понятия и определения (2 часа).

Рекреация: обзор основных понятий и определений. Рекреация как объект исследования рекреалогии и рекреационной географии. Изучение феномена рекреационной деятельности в социологии, психологии, экономике, правоведении и ряде других наук. Исследование рекреации как комплексное научное направление и задача.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об общих особенностях рекреалогии, умений применять знания в области туризма, опыта практической работы и формирование универсальных компетенций ПК-6, ОПК-3, ОПК-5.

5.2.2 Содержание семинарских занятий

Занятие 1. Рекреация как современное явление, выражающееся в развитии индустрии массового отдыха (2 часа).

Определение основных понятий, связанных с явлением рекреации. Фазы рекреации. Анализ смысла рекреации. Рекреация как атрибут человеческой деятельности. Пассивный и активный пространственные стандарты рекреации. Рекреация как социокультурный феномен (по Д.В. Николаенко). Классификация деятельности человека во время отдыха. Социально-экономическая сущность и основные функции рекреации. Классификация общественных функций рекреации. Общие тенденции развития рекреации в мире и России. Нерабочее время и его функции. Структурные особенности свободного времени. Значимость свободного времени. Структура рекреационного времени и типы рекреации ей соответствующие. Функции рекреационного времени. Пространственно-временная динамика поведения людей и рекреация. Временные ритмы перемещения людей в пространстве.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об общих особенностях рекреалогии, умений применять знания в области туризма, опыта практической работы и формирование компетенций ПК-6, ОПК-3, ОПК-5.

Занятие 2. Время свободное и рекреационное, их соотношение. Нерабочее время и его функции (2 часа).

Нерабочее время и его функции. Структурные особенности свободного времени. Значимость свободного времени. Структура рекреационного времени и типы рекреации ей соответствующие. Функции рекреационного времени. Пространственно-временная динамика поведения людей и рекреация. Временные ритмы перемещения людей в пространстве.

Категории рабочее, нерабочее и свободное время и их соотношение. Время рекреационное и социальное. Соотношение рекреационного времени с другими категориями социального времени. Время отдыхающих и время организаторов отдыха. Свойства рекреационного времени. Иерархичность рекреационного времени. Структура социального времени. Суточный, недельный, месячный, квартальный, годовой и жизненный периоды. Индивидуальное и групповое время. Рекреационное пространство. Элементы деятельности по организации пространства. Многомерность рекреационного пространства и ее причины.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об общих особенностях рекреалогии, умений применять знания в области туризма, опыта практической работы и формирование компетенций ПК-6, ОПК-3, ОПК-5.

Занятие 3. Проблемы оценки природно-ресурсного потенциала территории (2 часа).

Рекреационные ресурсы как важнейшая составная часть рекреационного потенциала. Сложность определения рекреационных ресурсов. Влияние рекреационных ресурсов на развитие туризма. Особенности рекреационных ресурсов. Хозяйственный потенциал рекреации. Рекреационное освоение и рекреационная освоенность.

Природные предпосылки рекреации. Рекреационное землепользование и его типы. Рекреационные и туристские ресурсы и их соотношение. Разновидности и особенности рекреационных и туристских ресурсов. Составление территориальных балансов отдыха и рекреационного кадастра. Кадастр туристских ресурсов. Емкость рекреационных ресурсов и методика ее определения. Ресурсная составляющая рекреационной и туристической деятельности. Изучение темы направлено на приобретение знаний об общих особенностях рекреалогии, умений применять знания в области туризма, опыта практической работы и формирование ПК-6, ОПК-3, ОПК-5.

Занятие 4. Рекреационные потребности как основа рекреационной деятельности (2 часа).

Рекреационные потребности человека и общества. Общественные, групповые и индивидуальные рекреационные потребности и их соотношение. Группы рекреационных потребностей и их целевая ориентация. Пространственно-временная динамика рекреационных потребностей. Факторы, влияющие на формирование рекреационных потребностей. Рекреационные стандарты и предпочтения и их изменчивость. Экономическая оценка рекреационных потребностей. Медико-биологический аспект изучения рекреационных потребностей. Социальные и социально-психологические исследования рекреационных потребностей.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об общих особенностях рекреалогии, умений применять знания в области туризма, опыта практической работы и формирование компетенций ПК-6, ОПК-3, ОПК-5.

6. Самостоятельная работа студентов

В процессе изучения дисциплины особое внимание необходимо уделять самостоятельной работе студентов, которая может быть организована на учебном занятии в процессе теоретического обучения, при проведении практических (семинарских) занятий и во внеурочное время.

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представ-ления
1.Рекреация: основные понятия и определения.	8	конспект	5-6 семестр
2.Рекреация как социально-экономическое явление. Анализ смысла рекреации.	8	конспект	5-6 семестр
3.Рекреация как современное явление, выражающееся в развитии индустрии массового отдыха.	8	реферат	5-6 семестр
4.Отдых и рекреация: общее и особенное. Классификация деятельности человека во время отдыха.	8	конспект	5-6 семестр
5. Время свободное и рекреационное, их соотношение. Нерабочее время и его функции.	8	конспект	5-6 семестр
6.Рекреационное время и рекреационное пространство.	8	конспект	5-6 семестр
7. Рекреационная деятельность и рекреационный потенциал	8	конспект	5-6 семестр

8. Проблемы оценки природно-ресурсного потенциала территории	8	реферат	5-6 семестр
9. Рекреационная оценка природных ресурсов	8	конспект	5-6 семестр
10.Территориальные природные системы	8	конспект	5-6 семестр
11.Рекреационные объекты и системы	4	конспект	5-6 семестр
12.Рекреационные потребности как основа рекреационной деятельности	5	конспект	5-6 семестр
Всего	**89 часов**		

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ПК-6 – способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание.		Знает (пороговый уровень): как организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные и туристско-краеведческие мероприятия, а также принципы обеспечения совместной деятельности участников туристских и рекреационных мероприятий. рекреационный деятельности. Умеет (стандартный уровень): организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные и туристско-краеведческие мероприятия, а также обеспечить совместную деятельность участников туристских и рекреационных мероприятий. Владеет опытом (эталонный уровень): организации и проведения рекреационно-оздоровительных и туристско-краеведческих мероприятий, а также навыками обеспечения совместной деятельности участников туристских и рекреационных мероприятий.
ОПК-3 – способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной,		Знает (пороговый уровень): как поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной профессиональной деятельности в сфере туризма. Умеет (стандартный уровень): поддерживать должный уровень физической

рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью.		подготовленности для обеспечения полноценной профессиональной деятельности в сфере туризма. Владеет опытом (эталонный уровень) навыками формирования должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной профессиональной деятельности в сфере туризма.
ОПК-5 – способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.		Знает (пороговый уровень): как организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные и туристско-краеведческие мероприятия, а также принципы обеспечения совместной деятельности участников туристских и рекреационных мероприятий. рекреационный деятельности. Умеет (стандартный уровень): организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные и туристско-краеведческие мероприятия, а также обеспечить совместную деятельность участников туристских и рекреационных мероприятий. Владеет опытом (эталонный уровень): организации и проведения рекреационно-оздоровительных и туристско-краеведческих мероприятий, а также навыками обеспечения совместной деятельности участников туристских и рекреационных мероприятий.

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Критерии оценивания компетенций (результатов)

Оценивается по 4-хбалльной шкале. В критерии оценки компетенций по зачету входят:

1.уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;

2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;

3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;

4. ответы на дополнительные вопросы.

При проектировании ожидаемых результатов следует предусмотреть различные *уровни оценки ожидаемых результатов:*

• *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Примерный перечень оценочных средств в соответствии с иерархией целей по Блуму

№	Уровень сложности	Глаголы для формулировки заданий	Оценочные средства
1.	Знание	Цитировать, перечислить, дать определение, изобразить, идентифицировать, составить список, назвать, указать, записать, повторить, выбрать, сформулировать, свести в таблицу, рассказать, воспроизвести, упорядочить, соотнести, отметить	Тест Опрос устный Письменные ответы на вопросы Собеседование (индивидуальное, групповое) Коллоквиум Портфолио-коллектор (накопительное)
2.	Понимание	Определить, выделить, объяснить, находить различия, характеризовать, обсуждать, рассматривать в деталях, сделать сообщение, интерпретировать, сделать обзор, связать, уточнить, построить, преобразовать, расшифровать, выразить, переформулировать, рецензировать, привести примеры, описать	Тест Решение типовых ситуаций Эссе Портфолио оценочный
3	Применение	Применять, рассчитать, классифицировать, демонстрировать, доказать, инсценировать, модифицировать, исследовать, изменить, иллюстрировать, интерпретировать, разработать, упорядочивать выполнять, использовать, обнаруживать, устанавливать, завершить, составить (отчет, план, график и т.п.), решать (задачу, проблему), раскрыть	Наблюдение Кейс-задания Игра ролевая Компетентсностно-ориентированные задания(КОЗ) Практические контрольные задания (ПКЗ) Портфолио достижений Тренажер Расчетно-графическая работа Метод Дельфи («мозговой атаки»)
4	Анализ	Анализировать, оценивать, сравнить, распределять по	Кейс-задание Игра организационно-

		категориям(категорировать), полемизировать, оспаривать, вывести, подразделить, изобразить схематически, различать, (проводить различие), находить различия, исследовать, изучать, применять, осуществлять эксперимент, идентифицировать, собрать сведения, резюмировать, выделять, отсеять, отсортировать, измерить, разделить	мыслительная Реферат Портфолио Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты Проект
5	Синтез	Систематизировать, собирать (монтировать), осуществить компиляцию, производить сборку, сочинять (писать), конструировать (придумывать), создавать, производить, разрабатывать модель, алгоритмизировать, управлять, организовать, спланировать, подготовить, предлагать, изобретать, обобщать, компоновать, строить, интегрировать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Профессионально-исследовательские задания (ПИЗ) Портфолио Проект
6	Оценка	осуществлять оценку, убедить, выбрать, сравнивать и находить отличия, критиковать, определять (устанавливать, принимать решение), определять стоимость, составлять мнение, градировать (разбивать на этапы), сделать вывод, соизмерять (соотносить), осуществлять ранжирование, рекомендовать (предлагать), проверять (исправлять, видоизменять), обосновать, составить мнение, прогнозировать, защищать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Портфолио Проект

Описание шкалы оценивания

Отметка «отлично» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные, заданные экзаменатором;

- студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями;

- при ответе на вопросы используются данные из дополнительной литературы;

- ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения;

- студент демонстрирует умение вести научную дискуссию.

Отметка «хорошо» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определённые затруднения в ответе на уточняющие вопросы;

– в ответе имеют место несущественные фактические неточности;

- недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов билета;

– в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

– знания имеют фрагментарный характер, имеются определённые неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;

– при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки;

– студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

– не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;

– допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;

– студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;

– в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;

– на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или даёт неверные ответы.

Задания в рамках индикаторов достижения компетенций оцениваются в процессе текущего контроля и являются обязательными в соответствии с утверждёнными в образовательной организации порядком промежуточной аттестации.

Для проверки эффективности преподавания дисциплины проводится контроль знаний студентов:

- **промежуточный контроль** – выполнение контрольных заданий с последующей оценкой проделанной работы;

- **текущий контроль** - опрос студентов на семинарских занятиях;

- **итоговый контроль** – сдача экзамена в соответствии с перечнем вопросов, отражающих содержание программы обучения студентов.

На семинарском занятии преподаватель оценивает активность студентов в дискуссиях, умение формировать свои позиции, что учитывается как составляющие рейтинговой оценке студентов по данному курсу, проверяются знания материала лекционного курса.

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине

Тест по дисциплине «Рекреалогия»

Инструкция по выполнению работы

Тесты включают 10 вопросов. Внимательно прочитайте каждый вопрос. Отвечайте только после того, как Вы поняли вопрос и проанализировали все варианты ответов. Выполняйте задания в том порядке, в котором они даны. Если какой-то вопрос вызывает у Вас затруднение, пропустите его и постарайтесь выполнить те, в ответах на которые Вы уверены. К пропущенным заданиям Вы сможете вернуться, если у Вас останется время.

К некоторым вопросам варианты ответов не даны, Вам нужно дописать правильный ответ в пустое поле.

1. Компоненты природной среды, объекты хозяйственной деятельности, обладающие уникальностью, оригинальностью, эстетической привлекательностью, целебно-оздоровительной значимостью, которые могут быть использованы для организации различных видов и форм рекреационных занятий - это:
А) рекреационные предприятия
Б) уникальные природные ресурсы
В) природные рекреационные ресурсы
Г) рекреационные ресурсы
Д) объекты туристского интереса
2. Уровень преобразования изначального пространства в процессе рекреационной деятельности – это:
А) рекреационная нагрузка
Б) рекреационная емкость
В) рекреационный потенциал
Г) уровень рекреационного использования
Д) рекреационная освоенность
3. Часть внерабочего времени, не связанная с удовлетворением естественных потребностей и вынужденной деятельностью нетрудового характера – это:
А) рекреационное время
Б) свободное время
В) отдых
Г) туристское время
Д) инклюзивное время
4. Объекты рекреации – это:
А) изучение особенностей поведения людей, пространственных закономерностей и размещения рекреационных объектов в процессе рекреационной деятельности

Б) объекты и субъекты рекреации в различных социокультурных образованиях
В) материальные предметы, системы, процессы и явления, а также стандарты, являющиеся условиями реализации разнообразной рекреационной деятельности человека
Г) люди, ведущие рекреационную деятельность на основании стандартов данного социокультурного образования
Д) относительно целостная территория с собственным населением, способная иметь некоторые принципиальные отличия от соседней территории
5. Совокупность природных и социокультурных предпосылок для организации рекреационной деятельности на определенной территории – это:
А) рекреационная нагрузка
Б) рекреационная емкость
В) рекреационный потенциал
Г) уровень рекреационного использования Д) рекреационная освоенность
6. Ресурсообеспеченность – это:
А) запасы ресурсов на определенной территории;
Б) объёмы ресурсов, которые эксплуатируются в настоящее время;
В) соотношение между величиной запасов и размерами их использования;
Г) потенциально перспективные запасы ресурсов;
Д) запасы ресурсов, эксплуатируемые и потенциальные на определенной территории.
7. Природно-ресурсный потенциал региона целесообразнее всего оценивать:
А) в абсолютных показателях;
Б) в доли от ВВП;
В) в относительных показателях, баллах;
Г) денежном эквиваленте;
Д) в любых единицах измерения.
8. Аттрактивность туристских ресурсов обозначает _____
9. Степень непосредственного влияния отдыхающих людей, их транспортных средств, строительства временных и постоянных жилищ и др. сооружений на природные комплексы или рекреационные объекты, – это …
10. Дайте определение понятию «рекреационное пространство» _____

7.2.3 Вопросы к экзамену

1. Предмет и объект исследования рекреалогии.
2. Основные понятия рекреалогии.
3. История развития рекреалогии. Взаимосвязь рекреалогии с другими науками.
4. Понятие отдыхающие.
5. Рекреационные потребности отдыхающих.

6. Рекреационная культура. Рекреационное поведение.
7. Характеристики отдыхающих: избирательность, адаптация, самоорганизация.
8. Рекреационная деятельность.
9. Самоорганизация и самоценность рекреационной деятельности.
10. Факторы ограничения рекреационной деятельности.
11. Циклы рекреационных занятий.
12. Понятие рекреационных ресурсов.
13. Методы исследования рекреационных ресурсов.
14. Природные рекреационные ресурсы
15. Рекреационная оценка природных комплексов.
16. Дифференциальная оценка ландшафтов.
17. Характеристика биоклимата.
18. Характеристика гидроминеральных ресурсов.
19. Характеристика территорий регламентированного рекреационного использования.
20. Культурные комплексы (КК).
21. Оценка культурных комплексов.
22. Методы включения КК в рекреационную деятельность.
23. Технические подсистемы.
24. Понятие инфраструктуры туризма.
25. Рекреационная сеть – материальная база туризма.
26. Рекреационные учреждения кратковременного отдыха.
27. Рекреационные учреждения длительного отдыха.
28. Рекреационная освоенность территории.
29. Обслуживающий персонал рекреационных учреждений.
30. Требования к обслуживающему персоналу.
31. Система управления рекреацией и туризмом.
32. Маркетинг в сфере рекреационной деятельности.
33. Методы оценки качества услуг и эффективности рекреационной деятельности в различных рекреационных учреждениях.
34. Стратегии развития и организации рекреационной деятельности в различных туристских регионах.
35. Нормативно–правовое обеспечение рекреации и туризма.
36. Принципы составления рекреационного реестра.
37. Рекреационный кадастр.
38. Понятия «рекреационная система» и «территориальная рекреационная система».
39. Рекреационный каркас территории.
40. Принципы организации рекреационных территорий.
41. Рекреационное районирование.
42. Принципы рекреационного зонирования на урбанизированных территориях.

43. Конфликтные ситуации между рекреацией и другими отраслями хозяйства.
44. Конфликтные ситуации внутри рекреации (на рекреационных территориях).
45. Обзор основных концепций рекреалогии.
46. Концепция устойчивого развития рекреации и туризма.
47. Концепции развития природно-исторических территорий.
48. Медико-биологические и социально-экономические концепции развития территорий.
49. Рекреационное моделирование. Базисная модель. Функциональные модели.
50. Современные модели управленческих структур в рекреации и туризме.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Для качественного усвоения учебного материала необходимо обеспечить доступ каждого студента к библиотечным фондам.
Также необходимо наличие следующего учебно-методического материала: наглядных пособий по разделам учебной программы; Государственный образовательный стандарт; методические рекомендации.

Основная литература

1. Соломина, И.Ю. Туристское рекреационное ресурсоведение: учебник [Электрон. ресурс] / под ред. И.Ю. Соломиной, О.У. Девлетова. – М.: Русайнс, 2026. – 229 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/960706.

2. Цепилова, Е.С. Туризм и культурное наследие: учебное пособие [Электрон. ресурс] / Е.С. Цепилова, О.И Беляева, С.В. Ласковец, С.В. Конев. – М.: КноРус, 2026. – 253 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/960010.

3. Чудновский, А.Д. Туризм и развитие регионов: учебное пособие [Электрон. ресурс] / А.Д. Чудновский, М.А. Жукова, В.А. Жуков. – М.: КноРус, 2026. – 209 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/960259.

4. Кусков, А.С. Основы туризма: учебник / А.С. Кусков, Ю.А. Джаладян. – Москва: КноРус, 2016. – 396 с. – (бакалавриат). – ISBN 978-5-406-04643-2. – URL: https://book.ru/book/918076.

Дополнительная литература

5. Велединский, В.Г. Сервисная деятельность: учебник / В.Г. Велединский. – Москва: КноРус, 2018. – 175 с. – (для бакалавров). – ISBN 978-5-406-06172-5. – URL: https://book.ru/book/926035.

6. Бурняшева, Л.А. Основы курортологии: учебное пособие [Электрон. ресурс] / Л.А. Бурняшева. – М.: КноРус, 2026. – 440 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/959266.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети internet, необходимый для освоения дисциплины

Электронные библиотечные системы:

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru
4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета

[Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
10. Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям. Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать.

Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

● необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;

● записывать удобнее на одной стороне листа;

● записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;

● следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;

● на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.

2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.

3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.

4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.

5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.

6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям:

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления *7-10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат завершается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные

факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15-20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

Рекомендации студентам по подготовке презентаций

Чтобы презентация хорошо воспринималась слушателями и не вызывала отрицательных эмоций (подсознательных или вполне осознанных), необходимо соблюдать правила ее оформления.

1. Опустите ненужные частности на слайде презентации

- Уменьшите количество слов на слайде.
- Опустите все ссылки на источники и примечания.

2. Увеличьте размер шрифта

На слайдах, предназначенных для того, чтобы раздать собравшимся, размер шрифта должен быть 10, а для демонстрации – не менее 18.

3. Увеличьте графические изображения

Убедитесь, что каждый графический элемент хорошо виден с задних рядов аудитории.

4. Измените цвет фона и текста

- На слайдах, предназначенных для демонстрации, пишите текст светлым шрифтом по темному фону.
- На слайдах, которые будете раздавать слушателям, пишите текст темным шрифтом по светлому фону.

5. Ограничьте цветовую палитру минимальным набором цветов

Во время всей презентации используйте не более трех-четырех цветов.

6. Используйте «Маркеры абзаца»

- Начинайте все абзацы одинаково (например, с глагола в одном и том же времени).
- Следите за тем, чтобы каждый абзац выражал законченную мысль. Не пользуйтесь слайдами, на которых есть лишь список слов (например, план, внедрение, оценка).

7. Используйте таблицы

- Таблицы должны быть простыми и краткими. Приводите в них только существенную информацию. Ограничьте их размер до одной страницы.
- Упорядочьте их по столбцам, а не строкам: в столбцах удобнее читать.

8. Используйте рисунки (картинки)

- Старайтесь не пользоваться стандартными средствами для вставки готовых фрагментов Microsoftclipart.
- Убедитесь, что картинки выдержаны в тоне презентации (например, не используйте формат комиксов на серьезной презентации).
- Желательно избегать в презентации рисунков, не несущих смысловой нагрузки.

9. Используйте видеоматериалы

- Вставка видеозарисовок по ходу презентации помогает разнообразить встречу и способствует концентрации внимания слушателей.
- Анимационные эффекты используются для привлечения внимания слушателей или для демонстрации динамики развития какого-либо процесса.

10. Используйте графики

- Не включайте в презентацию графики только ради того, чтобы они у вас были, поскольку неуместное использование графиков никак не улучшает презентацию.
- Используйте типы графиков, которые лучше всего иллюстрируют идею, которую вы стараетесь донести.
- Рисуйте простые графики; каждый график должен иллюстрировать одну мысль.
- Назовите каждый график так, чтобы название было содержательным.
- Используйте цвета для того, чтобы выделить какие-то моменты, а не сделать график симпатичным.
- Укажите единицы измерения (речь идет о десятках, тысячах или миллионах?).
- Не загружайте слайд ненужными примечаниями.
- Цвет графических изображений не должен резко контрастировать с общим стилевым оформлением слайда;
- Если графическое изображение используется в качестве фона, то текст на этом фоне должен быть хорошо читаем.

11. Используйте звуковое оформление

- Звуковое сопровождение должно отражать суть или подчеркивать особенность темы слайда, презентации;
- Необходимо выбрать оптимальную громкость, чтобы звук был слышен всем слушателям, но не был оглушительным;
- Если это фоновая музыка, то она должна не отвлекать внимание слушателей и не заглушать слова докладчика.

12. Правильно применяйте цифровые данные

- Проследите за тем, чтобы группы данных были дискретными (например, 1-10, 11-20, а не 1-10, 10-20).
- Данные необходимо подобрать так, чтобы их было удобно читать (например, упорядочить их по возрастанию или убыванию).
- Внизу под графиком укажите количество использованных в нем точек данных (например, п = 10).
- Ограничьте количество групп данных до шести. (Выберите пять самых важных групп)

13. Используйте единое стилевое оформление

- Стиль может включать: определенный шрифт (гарнитура и цвет), цвет фона или фоновый рисунок, декоративный элемент небольшого размера и др.;
- Не рекомендуется использовать в стилевом оформлении презентации более 3 цветов и более 3 типов шрифта;
- Оформление слайда не должно отвлекать внимание слушателей от его содержательной части;
- Все слайды презентации должны быть выдержаны в одном стиле.

14. Правильно применяйте текстовую информацию

- Для основного текста на слайдах не рекомендуется использовать прописные буквы.
- Шрифтовой контраст можно создать посредством: размера шрифта, толщины шрифта, начертания, формы, направления и цвета.
- Размер шрифта: 24-54 пункта (заголовок), 18-36 пунктов (обычный текст);
- Цвет шрифта и цвет фона должны контрастировать (текст должен хорошо читаться), но не резать глаза;
- Тип шрифта: для основного текста используйте гладкий шрифт без засечек (Arial, Tahoma, Verdana), для заголовка можно использовать декоративный шрифт, если он хорошо читаем;
- Курсив, подчеркивание, жирный шрифт, прописные буквы рекомендуется использовать только для смыслового выделения фрагмента текста;
- Шрифты с засечками (TimesNewRoman) читаются легче, чем гротески (шрифты без засечек).

15. Правильно выбирайте цветовую гамму

- Цветовая гамма должна состоять не более чем из двух-трех цветов.

- Существуют не сочетаемые комбинации цветов.
- Черный цвет имеет негативный (мрачный) подтекст.
- Белый текст на черном фоне читается плохо (инверсия плохо читается).

16. Правильно располагайте информационные блоки на слайде

- Информационных блоков не должно быть слишком много (3-6);
- Рекомендуемый размер одного информационного блока – не более 1/2 размера слайда;
- Желательно присутствие на странице блоков с разнотипной информацией (текст, графики, диаграммы, таблицы, рисунки), дополняющей друг друга;
- Ключевые слова в информационном блоке необходимо выделить;
- Информационные блоки лучше располагать горизонтально, связанные по смыслу блоки – слева направо;
- Наиболее важную информацию следует поместить в центр слайда;

17. Соблюдайте правила общей композиции

- На полосе не должно быть больше семи значимых объектов, так как человек не в состоянии запомнить за один раз более семи пунктов.
- Логотип на полосе должен располагаться справа внизу (слева наверху и т. д.).
- Логотип должен быть простой и лаконичной формы.
- Дизайн должен быть простым, а текст – коротким.
- Изображения домашних животных, детей, женщин и т.д. являются положительными образами.
- Крупные объекты в составе любой композиции смотрятся довольно неважно. Аршинные буквы в заголовках, кнопки навигации высотой в 40 пикселей, разделитель одного цвета, растянутый на весь экран – все это придает дизайну непрофессиональный вид.

Выполняя вышеизложенные правила, не стоит забывать, что на каждое подобное утверждение есть сотни примеров, доказывающих обратное. Поэтому приведенные утверждения нельзя назвать общими и универсальными правилами дизайна, они верны лишь в определенных случаях.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для	Укомплектованы специализированной	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License,

	занятий лекционного типа	мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для

			мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«05» мая 2026 г.
протокол № 10
Заведующий кафедрой А.П. Мартофляк

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе и молодежной политике
А.В. Мазурина
«06» мая 2026 г.

КАФЕДРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Рабочая программа по дисциплине

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: заочная
Курс – 3
Семестр – 5,6
Итоговая форма контроля – 6 семестр зачёт

Рабочую программу разработали:
Мелихов В.В., доцент
Бышевская А.В., канд. геогр. н., доцент

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1.Выписка из федерального государственного образовательного стандарта……..……..3
2.Результаты обучения по дисциплине ……. 4
3.Место дисциплины в структуре основной образовательной программы……..6
4.Объем дисциплины и виды учебной работы ……..6
5.Содержание дисциплины …… 7
5.1.Количество часов по видам занятий…… 7
5.2.Содержание дисциплины по видам занятий……..…8
5.2.1.Содержание лекционных занятий…… 11
5.2.2.Содержание практических занятий…….……16
6.Самостоятельная работа студентов…….. 27
7.Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации…….. 28
7.1.Этапы формирования компетенций…… 28
7.2.Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины……29
7.3.Типовые контрольные задания или иные материалы……. 30
7.3.1.Формы текущего, промежуточного и итогового контроля……. 30
7.3.2.Тестовые задания дисциплины…….. 31
7.3.3.Вопросы к зачёту (экзамену)…….…..36
8.Перечень основной и дополнительной литературы……38
9.Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимой для освоения дисциплины…… 41
10.Методические указания для учащихся по освоению дисциплины……. 41
11.Материально-техническое обеспечение дисциплины ……..….42
12. Лицензионное программное обеспечение…….44

1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-8 - Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов. (изм. Пр.№ 1456 от1 сентября 2021 года)

ОПК -6 - Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.

Изучение дисциплины направлено на приобретение бакалавром знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

Таблица 1

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетен-ции
Знает:		
-преподаваемый предмет в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов и основной обще образовательной программы, его истории и места в мировой культуре и науке; -пути достижения образовательных результатов и способы оценки результатов обучения; -рабочая программа и методика обучения по данному предмету; -основы методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий;	Общепедагогическая функция. Обучение А/01.6 Воспитательная деятельность А/02.6 Развивающая деятельность	УК- 8 ОПК-6

-педагогические закономерности организации образовательного процесса; -техники и приемы общения (слушания, убеждения) с учетом возрастных и индивидуальных особенностей собеседников; -электронные ресурсы, необходимые для организации различных видов деятельности обучающихся;	А/03.6	
Умеет:		
-объективно оценивать знания обучающихся на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями детей; -владеть ИКТ-компетентностями; -организовывать различные виды внеурочной деятельности: игровую, учебно-исследовательскую, художественно-продуктивную, культурно-досуговую с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона; -управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; -сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач; -использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; -осуществлять деятельность и (или) демонстрировать элементы деятельности, соответствующей программе дополнительного образования; -проводить педагогическое наблюдение, использовать различные методы, средства и приемы текущего контроля и обратной связи, в том числе оценки деятельности и поведения учащихся на занятиях;	Общепедагогическая функция. Обучение А/01.6 Воспитательная деятельность А/02.6 Развивающая деятельность А/03.6	УК- 8 ОПК-6
Имеет опыт деятельности: -в проведении учебных занятий по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям) образовательной программы. -организации самостоятельной работы обучающихся по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям) образовательной программы. -в руководстве учебно-профессиональной, проектной, исследовательской и иной деятельностью обучающихся по программам СПО и (или) ДПП, в том числе подготовкой выпускной квалификационной работы (если она	Общепедагогическая функция. Обучение А/01.6 Воспитательная деятельность А/02.6 Развивающая деятельность А/03.6	УК- 8 ОПК-6

предусмотрена). -консультировании обучающихся и их родителей (законных представителей) по вопросам профессионального самоопределения, профессионального развития, профессиональной адаптации на основе наблюдения за освоением профессиональной компетенции (для преподавания учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), ориентированного на освоение квалификации (профессиональной компетенции).		

3.Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» входит в состав базовой части (Б1.О.04) федерального компонента дисциплин по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм».

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2-м курсе по очной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачёт.

Для успешного изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин как: история, информационные технологии образования, основы экологии, культурология, химия, физика, биология, физиология, анатомия, философия.

4.Объем дисциплины и виды учебной работы

Дисциплину «Безопасность жизнедеятельности» студенты изучают на 3 курсе (5,6 семестры). Распределение учебных часов по видам занятий и семестрам обучения: Лекции – 6 часов; практические занятия – 8 часов; самостоятельная работа – 92 часа.

Распределение учебного времени по семестрам и видам учебных занятий

Таблица 2

Вид учебной работы	**Всего часов**	**Семестр**	
		5	6
Общая трудоемкость	108	46	62
Аудиторные занятия	12	4	8
В том числе:			
Лекции	6	2	4
Практические занятия (семинары)	6	2	4
Лабораторные работы	–	–	
Самостоятельная работа	92	42	50

Курсовые работы	-	_	
Вид итогового контроля	Зачет 4	_	Зачет 4
ЗЕ	3		

5.Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Таблица 3

№ п/п	Раздел учебной дисциплины (модуля)	**Количество часов**					
		Всего часов	Аудиторные занятия				СРС
			Итого	Лекции	Практические занятия	Семинары	
3 курс							
1.	Т.1 Введение в безопасность. Основные понятия, термины и определения.	11	4	1 5 сем.	2	1	7
2.	Т.2 Антропогенное воздействие на природу	11	4	1 5 сем.	2	1	7
3.	Т.3 Идентификация и воздействие на человека вредных и опасных факторов среды обитания	11	4	1 6 сем.	2	1	7
4.	Т.4 Психофизические основы безопасности	11	4	1 6 сем.	2	1	7
5.	Т.5 Чрезвычайные ситуации природного характера и способы защиты от них	11	4	1	2	1	7
6.	Т.6 Чрезвычайные ситуации техногенного характера	11	4	1	2 5 сем.	1	7
7.	Т.7 Чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них	10	4	1	2 5 сем.	1	6
8.	Т.8 Чрезвычайные	10	4	1	2	1	6

	ситуации военного характера и защита населения						
9.	Т.9 Управление безопасностью жизнедеятельности	16	8	2 6 сем.	4	2	8
10.	Зачёт	6					2
	Итого:	**108**	**40**	**10**	**20**	**10**	**68**

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

Для освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные на предыдущем уровне образования.

Рабочая программа дисциплины построена по модульно-блочному принципу. Под модулем понимается *укрупненная логико-понятийная тема*, характеризующаяся общностью используемого понятийно-терминологического аппарата. Для удобства студентов каждая тема тематического плана представляет собой учебный модуль. При этом модуль может состоять из одного-двух и более учебных занятий.

Модуль 1. Введение в безопасность. Основные понятия, термины и определении. 4 часа

Безопасность жизнедеятельности - как учебная дисциплина. Безопасность жизнедеятельности как наука. Цель, объект и предмет дисциплины БЖД. Структура дисциплины и краткая характеристика ее основных модулей. Человек как элемент системы «человек-среда». Совокупность сфер взаимодействия человека в природе. Характерные системы «человек - среда обитания». Системы «человек-техносфера», «техносфера-природа», «человек-природа». Понятие техносферы.

Модуль 2. Антропогенное воздействие на природу. 4 часа

Особенности природной среды существования человека. Эволюция среды обитания, переход от биосферы к техносфере. Загрязнение регионов

техносферы токсичными веществами (отходами). Виды опасных и вредных факторов техносферы.

Модуль 3. Идентификация и воздействие на человека и среду обитания вредных и опасных факторов. 4 часа

Характерные состояния взаимодействия в системе «человек - среда обитания». Классификация негативных факторов среды обитания человека: физические, химические, биологические, психофизиологические. Понятие опасного и вредного фактора, характерные примеры. Допустимое воздействие вредных факторов на человека и среду обитания. Понятие предельно-допустимого уровня (предельно допустимой концентрации) вредного фактора и принципы его установления. Ориентировочно-безопасный уровень воздействия. Источники и характеристики основных негативных факторов и особенности их действия на человека.

Модуль 4. Психофизиологические основы безопасности. 4 часа Психофизиологические аспекты состояния, поведения и деятельности человека в очаге экстремальной ситуации: острый эмоциональный шок, психофизиологическая мобилизация, стадия разрешения, стадия восстановления. Психогенные реакции и расстройства, возникающие экстремальных ситуациях: пространственные иллюзии, нарушение самосознания, аффективные реакции, дисгармония двигательной деятельности. Психофизиологическая адаптация к экстремальным условиям: положительные реакции на фрустрацию, эмоциональная устойчивость. Признаки оптимального функционального состояния человека.

Модуль 5. Чрезвычайные ситуации природного характера и способы защиты от них. 4 часа

Понятие чрезвычайной ситуации. Возможные признаки классификации чрезвычайных ситуаций. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабу воздействия на территорию, а также в зависимости от количества пострадавших и причиненного ущерба. Классификация стихийных бедствий в зависимости от причин их возникновения. Источники природных ЧС.

Модуль 6. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. 4 часа

Понятие и классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Понятие аварии и катастрофы. Потенциально опасные объекты. Причины возникновения техногенных ЧС. Аварии и катастрофы на радиационно-опасных объектах. Классификация возможных последствий облучений людей.

Модуль 7. Чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них. 4 часа

Понятие чрезвычайной ситуации социального происхождения. Классификация социальных опасностей. Причины чрезвычайных ситуаций социального характера. Характеристика основных видов чрезвычайных ситуаций социального характера: шантаж, кража, вымогательство, мошенничество, бандитизм, экстремизм, терроризм, наркомания, алкоголизм, СПИД, венерические заболевания, суицид. Способы защиты от чрезвычайных ситуаций социального характера.

Модуль 8. Чрезвычайные ситуации военного характера и защита населения. 4 часа

Ядерное оружие, его боевые свойства и поражающие факторы: ударная волна, световое излучение, проникающая радиация и радиоактивное заражение местности. Химическое оружие и его виды.

Модуль 9. Управление безопасностью жизнедеятельности (6 часов). Законодательные и нормативные правовые основы управления безопасностью жизнедеятельности. 8 часов

Управление охраной окружающей природной среды. Экспертиза и контроль экологичности и безопасности объектов. Международное сотрудничество в области безопасности жизнедеятельности и охраны окружающей среды. Организация Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона (ГО) как система общегосударственных мер по защите населения при ведении военных действий. Структура гражданской обороны (ГО) на

объектах экономики. Концепция создания и развития Российской системы гражданской защиты (РСГЗ) до 2020 года.

5.2.1. Содержание лекционных занятий

Лекция 1. Тема 1. Введение в безопасность. Основные понятия, термины и определения. 1 час

Безопасность жизнедеятельности - как учебная дисциплина. Человек как элемент системы «Человек-среда». Основные понятия и определения безопасности жизнедеятельности. Аксиоматика БЖД.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: общих основ, присущих опасностям, причин роста числа стихийных бедствий; негативных воздействий техносферы на человека и окружающую природную среду. Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Умений: по распознаванию опасностей; классификации и систематизации сложных явлений; по классификации опасностей. Формирование компетенций: ОПК-6.

Навыков: по использованию номенклатуры опасностей; основных характеристик опасностей.

Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Лекция 1. Тема 2. Антропогенное воздействие на природу. 1 час

Особенности природной среды существования человека. Эволюция среды обитания, переход от биосферы к техносфере. Загрязнение регионов техносферы токсичными веществами (отходами).Энергетические загрязнения техносферы.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: понятий «техносфера», «биосфера», «парниковый эффект», «кислотные дожди», «озоновая дыра», этапы эволюции среды обитания, основных токсических веществ, загрязняющих биосферу.

Формирование компетенций: ОПК-6.

Умений: по распознаванию токсических веществ; классификации токсических веществ по воздействию на организм человека.

Формирование компетенций: УК-8.

Навыков: составления плана мероприятий по эвакуации населения из зон поражения токсическими веществами.

Формирование компетенций: ОПК-6; УК-8.

Лекция 2. Тема 3. Идентификация и воздействие на человека вредных и опасных факторов среды обитания. 1 час

Характерные состояния взаимодействия в системе «Человек - Среда обитания». Классификация негативных факторов среды обитания. Оценка негативных факторов и принципы их нормирования. Воздействие химических негативных факторов на человека и среду обитания.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: характеристик комфортных состояний окружающей природной среды, негативных факторов среды обитания.

Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Умений: по распознаванию вредных и опасных факторов среды; оценки негативных факторов. Формирование компетенций: УК-8.

Навыков: составления плана мероприятий по эвакуации населения из зон поражения токсическими веществами, распознанию АХОВ, оказания первой помощи пострадавшим, в результате воздействия АХОВ, оценке эффективности принятых мер по обеспечению безопасности.

Формирование компетенций: ОПК-6.

Лекция 2. Тема 4. Психофизиологические основы безопасности. 1 час

Предмет и задачи психологии безопасности как научной дисциплины. Психические процессы и состояния. Особые психические состояния. Мотивация деятельности и методы повышения безопасности.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: психических свойств, состояний и процессов, влияющих на безопасность.

Формирование компетенций: УК-8.

Умений: по распознаванию опасных психических состояний,

влияющих на безопасность. Формирование компетенций: ОПК-6;УК-8.

Навыков: мотивации деятельности и применение методов повышения безопасности.

Формирование компетенций: ОПК-6.

Лекция 3. Тема 5. Чрезвычайные ситуации природного характера и способы защиты от них. 1 час

Общие понятия о чрезвычайной ситуации Характеристика основных видов чрезвычайных ситуаций природного характера и способы защиты от них.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: основных понятий о чрезвычайных ситуациях природного характера, классификации чрезвычайных ситуаций природного характера. Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Умений: по распознаванию чрезвычайных ситуаций природного характера, причин возникновения чрезвычайных ситуаций природного происхождения.

Формирование компетенций: ОПК-6.

Навыков: применения индивидуальных и коллективных средств защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного характера. Формирование компетенций: ОПК-6.

Лекция 3. Тема 6. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. 1 час

Понятие и классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Краткие характеристики основных видов чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Требования по предупреждению чрезвычайных ситуаций на потенциально опасных объектах и объектах жизнеобеспечения.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: основных понятий о чрезвычайных ситуациях техногенного характера, классификации чрезвычайных ситуаций техногенного характера, потенциально опасные объекты. Формирование компетенций: УК-8.

Умений: по распознаванию чрезвычайных ситуаций техногенного

характера, причин возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера, выявлению поражающих факторов.

Формирование компетенций: ОПК-6.

Навыков: применения индивидуальных и коллективных средств защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Формирование компетенций: ОПК-6.

Лекция 4. Тема 7. Чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них. 1 час

Понятие чрезвычайной ситуации социального происхождения и классификация социальных опасностей. Причины чрезвычайных ситуаций социального характера и способы защиты. Характеристика основных видов чрезвычайных ситуаций социального характера.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: основных понятий о чрезвычайных социального характера, классификации чрезвычайных ситуаций социального характера. Формирование компетенций: УК-8.

Умений: по распознаванию причин возникновения чрезвычайных ситуаций социального характера, проводить анализ различных ЧС социального характера, выявлению поражающих факторов.

Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Навыков: по выбору конкретных методов, средств и принципов обеспечения безопасности в ситуациях социального происхождения; принятию конкретных решений.

Формирование компетенций: ОПК-6;

Лекция 4. Тема 8. Чрезвычайные ситуации военного характера и защита населения. Основные виды оружия массового поражения. 1 час

Ядерное оружие, его боевые свойства и поражающие факторы. Химическое оружие: виды и поражающие факторы. Бактериологическое оружие и его поражающие свойства.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: видов оружия массового поражения, особенностей оружия массового поражения, боевых отравляющих.

Формирование компетенций: УК-8.

Умений: по распознаванию видов отравляющих веществ, признаков боевых отравляющих веществ и их воздействий на организм человека и окружающую среду.

Формирование компетенций: ОПК-6.

Навыков: по выбору конкретных методов, средств и принципов обеспечения безопасности в ситуациях военного происхождения и планирование мероприятий по предупреждению и ликвидации последствий от оружия массового поражения. Формирование компетенций: ОПК-6.

Лекция 5. Тема 9. Управление безопасностью жизнедеятельности. 2 часа

Законодательные и нормативные правовые основы управления безопасностью жизнедеятельности. Управление охраной окружающей природной среды**.** Экспертиза и контроль экологичности и безопасности объектов. Международное сотрудничество в области безопасности жизнедеятельности и охраны окружающей среды.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: законодательных и нормативно правовых основ управления безопасностью жизнедеятельности, Конституции РФ.

Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Умений: прогнозированию развития событий; оценке последствий действий человека; анализу причин опасностей; выбору наиболее эффективного варианта действий по обеспечению безопасности. Формирование компетенций: УК-8.

Навыков: проводить контроль экологичности и безопасности объектов. Формирование компетенций: ОПК-6.

5.2.2.Содержание практических (групповых) занятий

Тема 1. Занятие 1. Принципы, методы и средства обеспечения безопасности жизнедеятельности. 2 часа

Принципы обеспечения безопасности. Классификация. Методы обеспечения безопасности. Классификация.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: принципов безопасности; по идентификации опасностей; оценке риска; восприятию и осознанию опасности, способам принятия решения о защите от опасности и реализации принятого решения Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Умений: проводить классификацию принципов обеспечения безопасности; логические этапы обеспечения безопасности; определять уровни опасности.

Формирование компетенций: ОПК-6.

Навыков: применении ориентирующих, технических, организационных и управленческих принципов обеспечения безопасности; в обеспечении защиты человека от соответствующей опасности (защита временем; информации; резервирования; несовместимости; нормирования; подбора (тестирования) кадров; последовательности; эргономичности; контроля и т.д.).

Формирование компетенций: ОПК-6.

Тема 2. Занятие 2. Краткая характеристика опасностей и их классификация. 2 часа

Понятие опасности**.** Совокупность и классификация опасностей. Основные направления безопасности жизнедеятельности.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: по явлениям и процессам, способным в определенных условиях наносить ущерб здоровью человека непосредственно или косвенно; воздействию человека на некоторые факторы среды обитания.

Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Умений: проводить классификацию опасностей; логические этапы обеспечения безопасности; определять уровни опасности.

Формирование компетенций: ОПК-6.

Навыков: в деятельности человека, при котором с определенной вероятностью исключено проявление опасности; предварительном анализе опасностей (идентификации или их распознавании); выявлении логики развития опасных ситуаций, их причинно-следственных связей (системный анализ безопасности).

Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Тема 3. Занятие 3. Характеристика основных загрязнителей природной среды. 2 часа

Характеристика основных загрязнителей природной среды. Загрязнение продуктов питания.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: по явлениям и процессам, способным в определенных условиях наносить ущерб здоровью человека непосредственно или косвенно; воздействию человека на некоторые факторы среды обитания.

Формирование компетенций: УК-8.

Умений: проводить классификацию основных загрязнителей природной среды. Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Навыков: профилактических мероприятий по выявлению основных объектов, загрязняющих продукты питания.

Формирование компетенций: ОПК-6.

Тема 3. Занятие 4. Физические негативные факторы. 2 часа

Вибрации и акустические колебания. Электрический ток и статическое электричество. Электромагнитные поля и излучения.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: по явлениям и процессам, способным в определенных условиях наносить ущерб здоровью человека непосредственно или косвенно; воздействий на человека некоторых факторов среды обитания. Формирование

компетенций: УК-8; ОПК-6.

Умений: осуществлять профилактическую направленность идентификации опасностей. Формирование компетенций: ОПК-6.

Навыков: идентифицировать опасность для дальнейшей выработки решения по её устранению; применить научный подход в организации безопасной деятельности людей.

Формирование компетенций: УК-8.

Тема 4. Занятие 5. Психофизиологические основы безопасности.

2 часа

Предмет и задачи психологии безопасности как научной дисциплины. Психические процессы и состояния. Особые психические состояния. Мотивация деятельности и методы повышения безопасности.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: психических свойств, состояний и процессов, влияющих на безопасность.

Формирование компетенций: УК-8.

Умений: по распознаванию опасных психических состояний, влияющих на безопасность. Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Навыков: мотивации деятельности и применение методов повышения безопасности.

Формирование компетенций: ОПК-6.

Тема 5. Занятие 6. Чрезвычайные ситуации природного характера и способы защиты от них. 2 часа

Классификация стихийных бедствий в зависимости от причин их возникновения. Стихийные бедствия литосферного характера: сель, обвал, снежная лавина. Стихийные бедствия метеорологического характера: смерч.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: основных чрезвычайных ситуаций природного характера и причин их возникновения.

Формирование компетенций: УК-8.

Умений: классифицировать чрезвычайные ситуации природного характера по масштабу распространения последствий, источнику возникновения.

Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Навыков: проводить комплекс мероприятий по предупреждению и ликвидации последствий от чрезвычайных ситуаций природного характера. Формирование компетенций: ОПК-6.

Тема 5. Занятие 7. Чрезвычайные ситуации природного характера и способы защиты от них. 2 часа

Стихийные бедствия гидрологического характера: наводнение. Верховые природные пожары и способы защиты. Космические опасности.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: чрезвычайных ситуаций гидрологического характера, космического характера, природных пожаров и причин их возникновения. Формирование компетенций: УК-8.

Умений: идентифицировать опасности связанные с наводнениями, природными пожарами и космическими чрезвычайными ситуациями. Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Навыков: проводить комплекс мероприятий по защите населения и окружающей среды от чрезвычайных ситуаций природного характера. Формирование компетенций: ОПК-6.

Тема 6. Занятие 7. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. 2 часа

Правила поведения на загрязненной радиоактивными веществами местности. Допустимые уровни облучения при аварийных ситуациях. Характеристика наиболее распространенных АХОВ: хлор, аммиак, ртуть, метиловый спирт**.** Опасные факторы техногенного пожара. Аварии на гидротехнических сооружениях. Способы защиты при авариях на транспорте в метро, наземном общественном транспорте**.**

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: чрезвычайных ситуаций техногенного характера; основных характеристик АХОВ. Формирование компетенций: УК-8.

Умений: идентифицировать опасности связанные с чрезвычайными ситуациями техногенного характера; применять средства индивидуальной и коллективной защиты населения. Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Навыков: проводить комплекс мероприятий по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Формирование компетенций: ОПК-6.

Тема 7. Занятие 8. Чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них. 2 часа

Современные подходы к классификации социальных опасностей. Причины чрезвычайных ситуаций социального характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций социального характера: мошенничество, экстремизм, алкоголизм, венерические заболевания, суицид. Способы защиты от чрезвычайных ситуаций социального характера.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: основных понятий о чрезвычайных социального характера, классификации чрезвычайных ситуаций социального характера. Формирование компетенций: УК-8.

Умений: по распознаванию причин возникновения чрезвычайных ситуаций социального характера, проводить анализ различных ЧС социального характера, выявлению поражающих факторов. Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Навыков: по выбору конкретных методов, средств и принципов обеспечения безопасности в ситуациях социального происхождения; принятию конкретных решений Формирование компетенций: ОПК-6.

Тема 8. Занятие 9. Современные виды вооружения. 2 часа

Современные средства поражения, основанные на новых физических принципах. Современные обычные средства поражения.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: видов оружия массового поражения, особенностей оружия массового поражения, боевых отравляющих. Формирование компетенций: ОПК-6.

Умений: по распознаванию видов отравляющих веществ, признаков боевых отравляющих веществ и их воздействий на организм человека и окружающую среду. Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Навыков: по выбору конкретных методов, средств и принципов обеспечения безопасности в ситуациях военного происхождения и планирование мероприятий по предупреждению и ликвидации последствий от оружия массового поражения. Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Тема 8. Занятие 10. Защита населения в чрезвычайных ситуациях. 2 часа

Защита населения путем эвакуации. Порядок проведения эвакуации. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ОМП. Средства индивидуальной защиты органов дыхания. Средства индивидуальной защиты кожи. Медицинские средства индивидуальной защиты кожи.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: основных видов эвакуации и последовательность проведения эвакуации; инженерной защиты населения; поражающих факторов оружия массового поражения. Формирование компетенций: УК-8.

Умений: по распознаванию видов отравляющих веществ, признаков боевых отравляющих веществ и их воздействий на организм человека и окружающую среду. Формирование компетенций: ОПК-6.

Навыков: по выбору конкретных методов, средств и принципов обеспечения безопасности в ситуациях военного происхождения и планирование мероприятий по предупреждению и ликвидации последствий от оружия массового поражения. Формирование компетенций: ОПК-6.

Тема 9. Занятие 11. Организационные основы защиты населения от ЧС мирного и военного времени. 2 часа

Организация Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона (ГО) как система общегосударственных мер по защите населения при ведении военных действий.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: о Единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС); о Гражданская оборона (ГО). Формирование компетенций: УК-8.

Умений: анализировать возможные последствия чрезвычайных ситуаций различного происхождения. Формирование компетенций: ОПК-6.

Навыков: по выбору конкретных методов, средств и принципов обеспечения безопасности в ситуациях военного происхождения и планирование мероприятий по предупреждению и ликвидации последствий от оружия массового поражения. Формирование компетенций: ОПК-6.

Тема 9. Занятие 12. Организационные основы защиты населения от ЧС мирного и военного времени. 2 часа

Структура гражданской обороны (ГО) на объектах экономики. Концепция создания и развития Российской системы гражданской защиты (РСГЗ) до 2020 года.

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: о структуре Гражданская оборона (ГО); Концепции создания и развития Российской системы гражданской защиты (РСГЗ) до 2020 года. Формирование компетенций: УК-8.

Умений: анализировать возможные последствия чрезвычайных ситуаций различного происхождения. Формирование компетенций:

ОПК-6.

Навыков: по выбору конкретных методов, средств и принципов обеспечения безопасности в ситуациях военного происхождения и планирование мероприятий по предупреждению и ликвидации последствий от оружия массового поражения. Формирование компетенций: ОПК-6.

5.2.3.Содержание семинарских занятий

Семинарское занятие проводится с целью углубления и закрепления знаний, полученных на лекциях и в процессе самостоятельной работы над учебной и научной литературой. Оно должно обеспечивать живое, творческое обсуждение учебного материала в форме дискуссии, обмена опытом по рассматриваемым вопросам. Семинарское занятие может содержать элементы практического занятия (решение ситуационных задач, тестов и т.д.).

При подготовке к семинарам студенты должны внимательно изучить конспект лекций по изучаемой теме и рекомендованную преподавателем литературу. Следует помнить, что нормативные правовые акты и литературные источники постоянно пополняются новыми изданиями.

При подготовке к докладу, реферату студенту следует стремиться к анализу имеющейся информации по предложенному вопросу, изложению положительных сторон и недостатков рассматриваемой темы, ставить перед аудиторией дискуссионные проблемы.

Не менее важно увязывать теоретические вопросы семинара с актуальными прикладными аспектами современных научных исследований, практикой обеспечения безопасности жизнедеятельности, с подготовкой к участию в научных студенческих конференциях и конкурсах.

Вопросы семинаров охватывают содержание темы в полном объеме. Преподаватель вправе рассмотреть основные вопросы по своему выбору, а остальные дать студентам для самостоятельного изучения.

Темы семинарских занятий:

Тема 1. Введение в безопасность. Основные понятия, термины и определения. 1 час

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: основных понятий безопасности жизнедеятельности**.** Формирование компетенций: УК-8.

Умений: классификации и систематизации сложных явлений; по классификации опасностей. Формирование компетенций: ОПК-6.

Навыков: по использованию номенклатуры опасностей. Формирование компетенций: ОПК-6.

Тема 2. Антропогенное воздействие на природу. 1 час

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: основных источников антропогенных воздействий на окружающую природную среду**.** Формирование компетенций: ПК-2; ОПК-7.

Умений: анализировать процессы, оказывающие негативное влияние на окружающую природную среду и человека. Формирование компетенций: УК-8.

Навыков: применения способов защиты от антропогенных воздействий. Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Тема 3. Идентификация и воздействие на человека и среду обитания вредных и опасных факторов. 1 час

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: опасных и вредных факторов**.** Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Умений: идентификации опасностей. Формирование компетенций: ОПК-6.

Навыков: применения средств индивидуальной защиты человека Формирование компетенций: ОПК-6.

Тема 4. Психофизиологические основы безопасности». 1 час

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: психических свойств, состояний и процессов, влияющих на безопасность. Формирование компетенций: УК-8; ОПК-6.

Умений: по распознаванию опасных психических состояний, влияющих на безопасность. Формирование компетенций: ОПК-7.

Навыков: мотивации деятельности и применение методов повышения безопасности. Формирование компетенций: ОПК-6.

Тема 5. «Чрезвычайные ситуации природного характера и способы защиты от них». 1 час

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: основных чрезвычайных ситуаций природного характера. Формирование компетенций: УК-8.

Умений: классифицировать и систематизировать чрезвычайные ситуации природного характера. Формирование компетенций: ОПК-6.

Навыков: эффективно применять на практике средства индивидуальной защиты от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций природного характера. Формирование компетенций: ОПК-6.

Тема 6. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. 1 час

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: типов чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Формирование компетенций: ОПК-6.

Умений: определять ЧС как преднамеренные и непреднамеренные. Формирование компетенций: ОПК-6.

Навыков: выявлению ЧС. Формирование компетенций: ОПК-6.

Тема 7. Чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них.1 час

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: видов чрезвычайных ситуаций социального характера. Формирование компетенций: ОПК-6.

Умений: определять ЧС социального характера, направленные против личности, общества и государства. Формирование компетенций: ОПК-6.

Навыков: выявлению ЧС. Формирование компетенций: ОПК-6.

Тема 8. Чрезвычайные ситуации военного характера и защита населения. 1 час

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: видов чрезвычайных ситуаций военного характера. Формирование компетенций: УК-8.

Умений: идентифицировать опасности мирного и военного времени. Формирование компетенций: ОПК-6.

Навыков: определять основные поражающие факторы ЧС. Формирование компетенций: ОПК-6.

Тема 9. Управление безопасностью жизнедеятельности. 2 часа

Изучение темы направлено на приобретение:

Знаний: законодательных и нормативно правовых основ управления безопасностью жизнедеятельности. Формирование компетенций: ОПК-6.

Умений: прогнозированию развития событий. Формирование компетенций: ОПК-6.

Навыков: проводить контроль экологичности и безопасности объектов. Формирование компетенций: ОПК-6.

6.Самостоятельная работа студентов

а) Методические указания для студентов по самостоятельной работе

Самостоятельная работа студентов является основным способом овладения учебным материалом во время, освобожденное от основных обязательных учебных занятий.

В соответствии с рабочими учебными планами студентами выполняется самостоятельная работа. Общий объем самостоятельной работы студента по каждой дисциплине не должен превышать нормы, установленной соответствующей графой рабочего учебного плана. Обязательная самостоятельная работа студентов (СРС) по дисциплине включает в себя:

- подготовку к лекционным занятиям; к групповым занятиям; к семинарским занятиям; к коллоквиумам; домашних заданий; докладов, рефератов, выступлений; к зачету.

- Вынесение учебного материала на самостоятельное изучение предусматривается рабочей программой учебной дисциплины. Объем и

содержание самостоятельной работы также находят отражение в рабочей программе учебной дисциплины.

На самостоятельное изучение выносятся темы, включенные в рабочие программы дисциплины, но не рассматриваемые на теоретических и семинарских (практических) занятиях.

Вид занятия самостоятельной внеаудиторной деятельности студентов может быть теоретическим (работа с учебником, дополнительной литературой), практическим (работа в домашних условиях, в учебных кабинетах), и комбинированным (подготовка текста, беседы, доклада, реферата). Содержание СРС включает разнообразные формы деятельности: работа с литературой, оформление рефератов, буклетов, бесед.

СРС обеспечивается системой учебно-методических средств, предусмотренных для изучения конкретной учебной дисциплины: учебник, дополнительная литература. На каждую, вынесенную на самостоятельное изучение тему, преподавателем кафедры разрабатываются методические указания по выполнению самостоятельной работы для студентов.

Самостоятельная работа больше всего способствует формированию навыков и умений в профессиональной области подготовки выпускника, выполняет не только учебные, но и воспитательные, развивающие функции. Самостоятельная работа воспитывает обязательность, собранность, пунктуальность, систематичность в работе.

При изучении раздела студент самостоятельно готовиться по следующим темам:

№ п/п	Содержание работы Темы занятий	Количество часов	Виды контроля
1	Характерные системы «человек - среда обитания».	6	Опрос
2	Взаимодействие и трансформация загрязнений в среде обитания	8	Опрос
3	Конкретные примеры наиболее распространенных вредных химических веществ	8	Реферат

	и их действия на человека		
4	Психофизиологическая мобилизация в экстремальных условиях	8	Дискуссия
5	Классификация стихийных бедствий в зависимости от причин их возникновения	8	Опрос
6	Характеристика наиболее распространенных АХОВ: хлор, аммиак, ртуть, метиловый спирт	6	Реферат
7	Характеристика чрезвычайных ситуаций социального характера: мошенничество, экстремизм, алкоголизм венерические заболевания, суицид	8	Опрос
8	Защита от проникающей радиации при ядерном взрыве.	6	Реферат
9	Организация РСЧС на территории субъекта.	6	Реферат
	ВСЕГО	64	

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Этапы формирования компетенций

Компетенции	**Перечень дисциплин и практик с указанием семестра, на которых формируется данная компетенция**
УК-8	Культурология (1); История (1); Философия (3). Педагогика(3).; Анатомия(1); Физиология человека(3).Деловой этикет(3).
ОПК-6	Теория и организация физической культуры (1); Анатомия (1); Физиология человека (3); Первая медицинская помощь (2). Основы экологии (1); Биология с основами экологии (1).

7.1.2. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-8- Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций		
ОПК-6- Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать		

соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

7.2. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-8 *ОПК-6*	Общепедагогическая функция. Обучение А/01.6 Воспитательная деятельность А/02.6 Развивающая деятельность А/03.6	**Знает (пороговый уровень):** -системность, предусматривающую логичность, взаимосвязь, причинно-следственные связи излагаемого материала, которые отображают поступательный процесс познания, делает опору на знания, полученные ранее; -основные категории и понятия, используемые в дисциплине; **-**история, теория, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества -системность, предусматривающую логичность, взаимосвязь, причинно-следственные связи излагаемого материала, которые отображают поступательный процесс познания, делает опору на знания, полученные ранее; -основные категории и понятия, используемые в дисциплине; -пути достижения образовательных результатов и способы оценки результатов обучения; -основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий;

		Умеет (стандартный уровень): -привить навыки и раскрыть творческие способности учащихся; **-**использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; -привить навыки и раскрыть творческие способности учащихся; - строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей;
		Имеет опыт (эталонный уровень): -владения понятийным аппаратом; информацией необходимой для самообразования; созидательно применять теоретические положения естественнонаучные и математические знания в интересах личностного.

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

• ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных бакалавром компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы,
7.3.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

В процессе изучения учебной дисциплины применяются следующие формы контроля:

А. Текущая аттестация (устный опрос, написание и защита лабораторных работ, тестирование по разделам);

В. Промежуточная аттестация (экзамен);

С. Итоговая государственная аттестация (написание и публичная защита выпускной квалификационной работы по направлению обучения в соответствии с ФГОС 3++).

7.3.2. Тестовые задания по дисциплине

Тесты для проведения ЗАЧЁТА

Тест №1

1. Цель БЖД как науки:

а) риск;

б) опасность;

в) безопасность;

г) таксономия.

2. Безопасность:

а)состояние защищённости человека от психологических опасностей;

б) присутствие чрезмерной опасности;

в) защищённость человека от социальных опасностей;

г) состояние деятельности, при котором с определённой вероятностью исключено проявление опасности.

3. Принципы обеспечения безопасности делятся на группы:

а) ориентирующие, технические, организационные, управленческие;

б) адекватности, системности разделения;

в) уничтожение, герметизации;

г) классификации, информации, дублировании, контроля.

4. Идентификация опасности:

а) процесс превращения атомов и молекул в ионы;

б) процесс распознавания образа опасности, установление возможных причин проявления и последствий опасности;

в) деятельность, связанная с повышенной опасностью для окружающих;

г) последовательное достижение целей.

5. К физическим опасностям относятся:

а) микро - макро организмы;

б) гипертония, ожирение ;

в) электрический ток, шум, излучения, давление;

г) гиподинамия, избыточная масса тела.

6.Средства обеспечения безопасности:

а) ватно - марлевые повязки;

б) противогазы разных марок;

в) убежища и укрытия;

г) средства коллективной (СКЗ) и индивидуальной защиты (СИЗ).

7.Адаптация:

а) приспособление к стресс-фактору;

б) процесс приспособления организма к изменяющимся условиям среды;

в) приспособление к ясному видению предметов;

г) реакция на аллерген.

8. Проникающая радиация - это поток

а) гамма лучей и нейтронов;
б) радиоактивных протонов;
в) невидимых нейтронов.
9. Вредный фактор может стать опасным при
а) высоких уровнях воздействия;
б) при длительном воздействии;
в) кратковременном воздействии;
г) повторяющимся воздействии.
10. Какие заболевания называют профессиональными:
а) инфекционные;
б) заболевания, связанные с воздействием на работающего вредных факторов;
в) заболевания, связанные с расстройством психики;
г) СПИД .
11. Хронические отравления возникают при
а) авариях;
б) высоких поступлении концентраций вредных веществ в организм;
в) ошибочном приеме во внутрь;
г) материальной и функциональной кумуляции веществ в организме.
12. Вибрация:
а) воздействие звуковой волны в воздушном пространстве;
б) сейсмические волны в земной коре
в) морские приливы
г) малые механические колебания в твердых телах
13.Шаговым называют напряжение
а) строго меняющееся по величине;
б) возникающее между ступнями ног;
в) между двумя точками проводника;
г) строго меняющееся по направлению.
14. Действие электрического тока может привести
а) ожогам, отморожениям;
б) электрическим травмам и электрическим ударам;
в) электрическим ударам и невралгии;
г) аллергическим реакциям.
15. Социальные опасности классифицируются:
а) на химические, физические, биологические;
б) по природе происхождения, по масштабам событий, по половозрастному признаку, по организации;
в) на психические и физиологические;
г) на локальные, региональные и глобальные.
16. Социальные опасности, связанные с физическим насилием:
а) воровство, грабёж, шантаж;
б) заложничество, мошенничество, пьянство;
в) разбой, бандитизм, террор, изнасилование;

г) венерические заболевания, наркомания, суицид.

17. Поражающие факторы стихийных бедствий метеорологического характера:

а) удары движущихся масс горных пород, а также заваливание или заливание этими массами;

б) наводнение, затопление;

в)переброска по воздуху, швыряние, удары и придавливания летящими предметами и обрушивающимися конструкциями.

18. К простейшим средствам защиты органов дыхания относятся

а) фильтрующие гражданские противогазы;

б) ватно-марлевая повязка и противопыльная тканевая маска;

в) респираторы и фильтрующие детские противогазы.

19. Эпизоотия - это

а)массовое распространение инфекционных заболеваний, значительно превосходящее обычный уровень заболеваемости среди животных;

б) массовое распространение инфекционных заболеваний, значительно превосходящее обычный уровень заболеваемости среди растений;

в) массовое распространение инфекционных заболеваний, значительно превосходящее обычный уровень заболеваемости среди людей.

20. Для обеззараживания капельно-жидких ОВ и некоторых АХОВ, попавших на тело и одежду человека, нужно использовать

а) индивидуальные противорадиационные пакеты;

б)индивидуальные противохимические пакеты;

в) индивидуальные перевязочные пакеты.

Ключ к тесту № 1: 1-в, 2-г, 3-а, 4-б, 5-в, 6-г, 7-б, 8-а, 9-а, 10-б, 11-б, 12-г, 13-б, 14-б, 15-б, 16-в, 17-в; 18-б, 19-а. 20-б.

Тест №2

1. БЖД решает триединую задачу, которая состоит в:

а) идентификации опасностей техносферы, эргономики и информации;

б) классификации опасностей природы, техносферы и биосферы;

в) классификации опасностей литосферного, гидросферного и атмосферного происхождения;

г) идентификации опасностей, реализации профилактических мероприятий и защите от остаточного риска.

2. Опасность:

а) неотъемлемая отличительная черта деятельности человека;

б) любые явления, угрожающие жизни и здоровью человека;

в) исключение нежелательных последствий;

г) любые явления, вызывающие положительные эмоции.

3. Антропогенные опасности:

а) опасности, источником которых является сам человек;

б) продукты неполного сгорания топлива;

в) разное увеличение количества аэрозолей в атмосфере;
г) вещества способные убивать бактерии.

4. По характеру воздействия на человека опасности делятся на группы:

а) физические, пассивные, априорные, биологические;
б) химические, активные, апостериорные, аналитические;
в) психофизиологические, физические, механические, материальные;
г) физические, химические, биологические, психофизиологические, механические.

5. Гомеостаз:

а) эволюционное развитие живой системы;
б)относительно динамическое постоянство состава и свойства внутренней среды и устойчивость основных физиологических функций организма;
в) медленно протекающая стадия общего заболевания организма;
г) стадия развития организма.

6. Какие из боеприпасов относятся к высокоточному оружию:

а) осколочные боеприпасы;
б) бетонобойные боеприпасы;
в) управляемые авиационные бомбы;
г) боеприпасы объемного взрыва.

7. Негативные факторы обитания:

а) наносят ущерб здоровью человека;
б) вызывают профессиональные заболевания;
в) незаметны в повседневной жизни;
г) оказывают влияние на окружающую среду.

8. Под избирательной токсичностью промышленных ядов понимают способность воздействовать:

а) в определенное время суток;
б) на определенные органы человека;
в) на определенные группы людей;
г) на условия труда.

9.Эффект воздействия вредных веществ, поступивших в организм разными путями, называют:

а) комбинированным;
б) комплексным;
в) суммарным;
г) независимым.

10. Предельно допустимая концентрация (ПДК):

а) количество вредного вещества в окружающей среде, практически не влияющее на здоровье человека и не вызывающее неблагоприятных последствий у потомства;
б) предельная концентрация вредного вещества, превышение которой вызывает серьезные заболевания;
в) норма выбросов вредных веществ для промышленных предприятий;

г) предельная концентрация отравляющего вещества, при которой человек ещё остается жив.

11. Что может служить защитой от светового излучения:

а) различные водоемы и источники воды;

б) простейшие средства защиты кожи и органов дыхания;

в) промышленные средства защиты кожи;

г) любые преграды, не пропускающие свет (укрытия, убежища, здания).

12. каким способом можно прекратить действие электрического тока на пострадавшего:

а) отбросить от пострадавшего электропровод одной рукой;

б) отбросить от пострадавшего провод двумя руками;

в) намотать на руку тряпку и быстро отбросить провод;

г) отбросить провод сухой тряпкой.

13.Социальными опасностями называются:

а) поведенческие особенности людей отдельных социальных групп;

б) незаконные формы насилия;

в) опасности, получившие широкое распространение в обществе и угрожающие жизни и здоровью людей;

г) нарушение психического и физиологического равновесия в обществе.

14. Все стихийные бедствия подразделяются на группы

а) геологического, метеорологического, гидрологического характера, а также природные пожары и массовые заболевания

б) геологического, литосферного, гидрологического характера, а также природные пожары;

в) геологического, литосферного, метеорологического характера и массовые заболевания.

15. Социальные опасности связанные с употреблением веществ, разрушающих организм:

а)наркотики, алкоголь, табак;

б) холестерин;

в) каротин;

г) оксид углерода.

16. Поражающие факторы стихийных бедствий геологического характера:

а) наводнение, затопление;

б) переброска по воздуху, швыряние, удары и придавливания летящими предметами и обрушивающимися конструкциями;

в) удары движущихся масс горных пород, а также заваливание или заливание этими массами;

г) удары движущихся масс горных пород.

17.Эпидемия - это:

а) массовое распространение инфекционных заболеваний, значительно превосходящее обычный уровень заболеваемости среди животных;

б)массовое распространение инфекционных заболеваний, значительно превосходящее обычный уровень заболеваемости среди земноводных;
в)массовое распространение инфекционных заболеваний, значительно превосходящее обычный уровень заболеваемости среди людей;
г) массовое распространение инфекционных заболеваний, значительно превосходящее обычный уровень заболеваемости среди млекопитающихся.
18. Ионизирующее излучение -это:
а) явление, связанное с испусканием инфракрасного излучения;
б) явление, связанное с радиоактивностью;
в) явление, связанное с высокочастотным электромагнитным злучением;
г) явление, связанное с инфракрасным излучением.
19. Дезинфекция зараженных продуктов растениеводства проводится с помощью:
а) химических средств, повышенной температуры проварки;
б) биологических средств, пониженной температуры или прожаривания;
в) проветривания и прожаривания.
20. Наиболее сильной проникающей способностью обладает:
а) альфа-излучение
б) бета-излучение
в) гамма-излучение

Ключ к тесту № 2: 1-г, 2-б, 3-а, 4-г, 5-б, 6-в, 7-а, 8-б, 9-а, 10-б, 11-а, 12-г, 13-в, 14-а, 15-а. 16-в, 17-в, 18-б, 19-а, 20-в.

7.3.4.Вопросы к зачету по всему курсу

1. Безопасность жизнедеятельности - как учебная дисциплина.
2. Человек как элемент системы «человек-среда».
3. Предмет, объект, цель и задачи учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности.
4. Производственная, городская, бытовая, природная среды и их краткая характеристика.
5. Основные понятия и определения безопасности жизнедеятельности: безопасность, жизнедеятельность, риск.
6. Основные аксиомы безопасности.
7. Методы и средства БЖД, их характеристика.
8. Понятие опасности.
9. Основные направления безопасности жизнедеятельности.
10. Задачи БЖД как учебной дисциплины.
11. Человек как источник опасности.
12. Понятие чрезвычайной ситуации.
13. Возможные признаки классификации чрезвычайных ситуаций.
14. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабу воздействия на территорию, а также в зависимости от количества пострадавших и причиненного ущерба.

15. Источники природных чрезвычайных ситуаций.
16. Классификация чрезвычайных ситуаций в зависимости от причин их возникновения.
17. Чрезвычайные ситуации геологического и геофизического характера: землетрясение, извержение вулканов, оползень, сель, обвал, снежная лавина.
18. Чрезвычайные ситуации метеорологического характера: ураган, буря, смерч.
19. Чрезвычайные ситуации гидрологического характера: наводнение, цунами.
20. Природные пожары: виды и способы защиты.
21. Массовые заболевания.
22. Космические опасности.
23. Понятие и классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
24. Потенциально опасные объекты.
25. Причины возникновения техногенных чрезвычайных ситуаций.
26. Аварии и катастрофы на радиационно опасных объектах.
27. Классификация возможных последствий облучений людей.
28. Понятие очага радиоактивного заражения (радиоактивного загрязнения).
29. Защита от внутреннего и внешнего облучения.
30. Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ (АХОВ) и их последствия.
31. Классификация АХОВ по характеру воздействия на человека.
32. Способы защиты от АХОВ.
33. Характеристика наиболее распространенных АХОВ: хлор, аммиак, ртуть, метиловый спирт.
34. Классификация видов пожаров и их особенности.
35. Основные сведения о техногенных пожарах.
36. Основные причины и источники техногенных пожаров.
37. Опасные факторы пожара.
38. Понятие взрыва и его поражающие факторы.
39. Аварии на гидротехнических сооружениях.
40. Понятие чрезвычайной ситуации социального происхождения.
41. Классификация социальных опасностей.
42. Причины чрезвычайных ситуаций социального характера.
43. Способы защиты от чрезвычайных ситуаций социального характера.
44. Характеристика основных видов чрезвычайных ситуаций социального характера.
45. Ядерное оружие, его боевые свойства и поражающие факторы.
46. Химическое оружие: виды и поражающие факторы.
47. Бактериологическое оружие и его поражающие свойства.

48. Современные средства поражения, основанные на новых физических принципах.
49. Защита населения путем эвакуации. Порядок проведения эвакуации.
50. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ОМП.
51. Средства индивидуальной защиты органов дыхания.
52. Средства индивидуальной защиты кожи.
53. Медицинские средства индивидуальной защиты кожи.
54. Законодательные и нормативные правовые основы управления безопасностью жизнедеятельности.
55. Управление охраной окружающей природной среды.
56. Международное сотрудничество в области безопасности жизнедеятельности и охраны окружающей среды.
57. Организация Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).
58. Гражданская оборона (ГО) как система общегосударственных мер по защите населения при ведении военных действий.
59. Структура гражданской обороны (ГО) на объектах экономики.
60. Концепция создания и развития Российской системы гражданской защиты (РСГЗ) до 2020 года.
61. Психические процессы влияющие на условия безопасности.
62. Психические свойства, влияющие на условия безопасности.
63. Особые психические состояния, влияющие на условия безопасности.
64. Особенности природной среды существования человека.
65. Эволюция среды обитания, переход от биосферы к техносфере.
66.Загрязнение регионов техносферы токсичными веществами (отходами).
67. Энергетические загрязнения техносферы.
68. Характеристика основных загрязнителей природной среды.
69. Характерные состояния взаимодействия в системе «Человек - Среда обитания».
70. Классификация негативных факторов среды обитания.
71. Электромагнитные поля и излучения как негативные факторы среды обитания.
72. Воздействие химических негативных факторов на человека и среду обитания.
73. Вибрации и акустические колебания как негативные факторы среды обитания.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Рекомендуемая литература (основная):

1.Арустамов Э. А., Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Гуськов Г. В. Безопасность жизнедеятельности: учебник. — 23-е изд., стер. — Москва: Издательский центр «Академия», 2025. — 208 с. ISBN 978-5-0054-3383-1..

2.Белов С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность): в 2 ч. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва: Юрайт, 2025. — (Высшее образование). ISBN 978-5-534-16270-7.
3.Занько Н. Г., Малаян К. Р., Русак О. Н. Безопасность жизнедеятельности: учебник. — 17-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2022. — 704 с. ISBN 978-5-8114-0284-7.

Дополнительная литература

1.Кривошеин Д. А., Дмитренко В. П., Горькова Н. В. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие для вузов. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2021. — 340 с.
2. Беляков Г. И. Гражданская оборона: учебник для вузов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Юрайт, 2025. — 176 с. — (Высшее образование). ISBN 978-5-534-16723-8.
3. Бурлаков В. Н. Интернет-наркотизация и безопасность жизнедеятельности: учебное пособие. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Юрайт, 2025. — 410 с. — (Высшее образование). ISBN 978-5-534-13151-2
4.Основы безопасности жизнедеятельности. Государственная система обеспечения безопасности населения [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.Ю. Голубь, А.Н. Приешкина, М.А. Огородников, А.В. Седымов; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта.— Омск: Изд-во СибГУФК, 2017.— 81 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/640953

Интернет сайты:

1. Электронно-библиотечная система «Руконт» [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://lib.rucont.ru/

2. Научные и образовательные проблемы гражданской защиты [Электронный ресурс]: научный журнал.— Химки: Академия гражданской защиты МЧС России.- Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/13858/info

http://window.edu.ru/window/catalog
http://www.novtex.ru/bjd/
http://ruk.1september.ru/
http://www.mhts.ru/
http://www.russmag.ru/pgroup.php

9.Материально-техническое и информационное обеспечение дисциплины

Для обеспечения освоения данной дисциплины необходимы:

- оборудованные аудитории;
- аудио- и видеоаппаратура;
- учебно-методические пособия;
- учебники, программы;
- наглядные пособия;

- пособия для самостоятельной работы;

- выход в Интернет;

- технические средства обучения, компьютеры, программное обеспечение.

Изучение дисциплины сопровождается:

демонстрацией таблиц;

просмотром и изучением учебных видеофильмов;

аудиовизуальными средствами (видеодиски, компьютерные тесты, персональные компьютеры специализированной учебной аудитории).

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

Операционные системы Windows, стандартные офисные программы, законодательно-правовая электронно-поисковая база по безопасности жизнедеятельности, электронные версии учебников, пособий, методических разработок, указаний и рекомендаций по всем видам учебной работы, предусмотренных вузовской рабочей программой, находящиеся в свободном доступе для студентов, обучающихся в вузе.

10.Методические рекомендации для преподавателей

Программа предусматривает возможность обучения в рамках традиционной поточно-групповой системы обучения. При поточно-групповой системе обучения последовательность изучения учебно-образовательных модулей определяется его номером. Каждый модуль состоит из лекционных и групповых занятий.

В ходе обучения по дисциплине главное внимание уделяется практической направленности подготовки студентов к социально значимой профессии учителя, формированию навыков и умений проведения занятий по безопасности жизнедеятельности, специфики подготовки учащихся по данной тематике.

Практические занятия проводятся в виде показа необходимых навыков по изучаемому модулю дисциплины, с обязательной тренировкой полученных навыков и контролем за их исполнением.

При проведении занятий необходимо рассматривать и моделировать конкретные ситуации, с которыми придется столкнуться в будущем педагогу. Время изучения тем и темы рефератов определяются кафедрой. При этом практическим занятиям должно предшествовать изучение теоретических положений.

При проведении семинарских занятий основное внимание уделяется решению проблемных вопросов, актуальных задач. Вопросы семинаров доводятся до студентов за 1-2- недели до проведения семинара.

Для выработки самостоятельности у студентов, часть тем отрабатываются методом индивидуальных занятий под руководством преподавателей кафедры.

Успешное решение вопросов подготовки студентов к будущей профессии возможно при тесном взаимодействии со специалистами других кафедр, чем обеспечивается преемственность и интеграция с другими дисциплинами. В первую очередь это касается истории, философии, экономики образования, политологии, социологии и др. дисциплин.

В результате изучения курса студенты должны знать содержание занятий по проблемам безопасности жизнедеятельности. Владеть профессиональным языком предметной области знаний, уметь применять свои знания в практической работе, быть готовым осуществить обучение и воспитание с учетом специфики преподаваемого предмета, использовать различные приемы, методы и средства обучения, обеспечивать уровень подготовки обучающихся соответствующий требованиям государственного образовательного стандарта.

11.Методические указания для студентов

Изучение данной дисциплины тесно увязывается с будущей практической деятельностью каждого педагога по подготовке подрастающего молодого поколения к пониманию основ безопасности жизнедеятельности.

При изучении дисциплины студент должен стремиться к формированию у себя таких духовных и нравственных ценностей и убеждений как любовь к Родине, патриотизм, гордость за величие своей страны и самобытность своего народа.

Часть вопросов и тем выносится преподавателем для самостоятельной подготовки. Перед их изучением студентам рекомендуется ознакомиться с указаниями преподавателя, программой дисциплины, практическими документами.

В основу подготовки письменных работ и устных выступлений должны быть положены требования законодательства по обеспечению безопасности.

Реферат рекомендуется писать по конкретным вопросам (направлениям) применительно к данному модулю учебной дисциплины. Реферат должен иметь план, введение, два или три параграфа, заключение, список реально использованной литературы, приложения. Не следует использовать готовые тексты или разделы учебных пособий, они хорошо известны и не могут служить в качестве самостоятельного реферата. Объем реферата - до 24

страниц машинописного текста. Объем приложений к нему не ограничивается.

Во введении дается обоснование актуальности выбранной проблемы, темы, задачи, практическая значимость. Объем введения около 1-2 страниц. Следует указать, какие применялись методы, документы, как проводилась обработка материала для реферата.

Первый параграф, как правило, носит теоретико-методологический характер. Здесь можно дать краткий обзор соответствующей литературы по проблеме и нормативной базы в объеме 5-6 с. Необходимо раскрыть понятие и сущность изучаемого вопроса, выявить и перечислить проблемы и недостатки, тенденции развития тех или иных элементов безопасности. Целесообразно использовать схемы, таблицы, анкеты, гистограммы.

Содержание второго и последующих параграфов носит практический либо исследовательский характер. Это самостоятельный анализ одной или двух конкретных проблем, связанных с организацией и методикой преподавания по данной дисциплине. Нежелательно приводить известные описания, содержащиеся в литературе. Достаточно дать ссылку на источник. В последнем параграфе формулируются предложения по мерам улучшения методики преподавания.

Заключение должно содержать выводы, авторскую оценку проблем и решений с точки зрения решения задач методики преподавания. Могут быть указаны перспективы дальнейшей разработки темы. Примерный объем заключения 1-2 с. После заключения дается список фактически использованных источников и конкретных практических документов образовательных или иных учреждений, относящихся к теме работы.

В качестве приложения можно дать свой вариант методических рекомендаций учащимся, план мероприятий, анкеты, планы мероприятий или иные авторские материалы.

При изучении дисциплины студент должен стараться формировать у себя духовные и нравственные ценностей и убеждения, развивать и реализовывать мотивацию к обучению, применяя полученные знания и умения на практике.

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная

			система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»,

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«24» апреля 2026 г.
протокол № 9
Заведующая кафедрой
П.Е.Багновская

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе и молодежной политике
А.В.Мазурина
«26» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ИНОСТРАННЫЙ (НЕМЕЦКИЙ) ЯЗЫК

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки
49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс -1, 2, 3
Семестр – 1, 2, 3, 4, 5
Промежуточная форма контроля - зачет (2 семестр), контрольная работа (3 семестр)
Итоговая форма контроля – экзамен (5 семестр)

Рабочую программу разработали:
ст.преподаватель Лобанова И.В.

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1. Выписка из федерального государственного образовательного стандарта	3
2. Результаты обучения по дисциплине	3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП	5
4. Объём дисциплины и виды учебной работы	5
5. Содержание дисциплины	5
5.1. Количество часов по видам занятий	5
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий	6
5.2.1. Содержание лекционных занятий	-
5.2.2. Содержание практических занятий	6
6. Самостоятельная работа студентов	9
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации	11
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины	11
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы	13
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля	13
7.2.2. Тестовые задания по дисциплине	14
7.2.3. Вопросы к зачету (экзамену)	17
8. Перечень основной и дополнительной литературы	18
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet	18
9.1 Электронные библиотечные системы	18
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы	18
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	19
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины	20

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования 3++ по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» Приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 № 943.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включает:

01 Образование и наука (в сфере дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, в сфере санитарно-курортного отдыха и лечения);

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации) (п. 1.11.).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники могут готовиться к решению *задач профессиональной деятельности* следующих типов: (ФГОС 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм», п. 1.12.):

педагогическая;
тренерская;
рекреационно-оздоровительная;
организационно-методическая;
организационно-управленческая;
научно-исследовательская.

Организация может устанавливать *профиль программы* и конкретизировать ее содержание с учетом *типов задач* профессиональной деятельности (ФГОС 49.03.01«Физическая культура», п. 1.13.)

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение магистром знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Формируемые компетенции

Знать:- грамматику и лексику иностранного языка; - о спорте в странах изучаемого языка;- нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера; - основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - правила составления рефератов и аннотаций к текстам по теме.	**Педагог (ПО) А/01.6** Основы поликультурного образования.	УК-1, УК-4
Уметь: - устанавливать письменный и устный контакты и обмениваться информацией на иностранном языке с собеседниками; - излагать свои мысли в письменной и устной формах на иностранном языке для решения задач профессиональной деятельности; - вести диалог по пройденной тематике;- дискутировать по темам; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык.	**Педагог (ПО) А/01.6** Владеть ИКТ (информационно-коммуникативными) – компетентностями.	УК-1, УК-4
Иметь опыт: - коммуникации в устной и письменной формах по пройденной тематике; - навыков анализа прочитанного материала и использования творческого потенциала. -аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; **-** публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).	**Педагог (ПО) А/01.6** Формирование навыков, связанных с информационно-коммуникационными технологиями **Педагог (ПО) А/03.6** Формирование толерантности и позитивных образцов поликультурного общения **Педагог (ПО) В/03.6** Применение специальных языковых программ (в том числе русского как иностранного), программ повышения языковой культуры и развития навыков поликультурного общения. Совместное с учащимися	УК-1, УК-4

	использование иноязычных источников информации, инструментов перевода, произношения	

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Иностранный (немецкий) язык» относится к обязательной части ОПОП (Б1.О.01). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-3 курсах, по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации - контрольная работа (3 семестр). Итоговая форма контроля - экзамен (5 семестр).

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы		Всего часов	Семестры				
			1	2	3	4	5
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**26**	4	4	4	6	8
Лекции		-	-	-	-	-	-
Семинары		-	-	-	-	-	-
Практическая работа		26	4	4	4	6	8
Лабораторные работы		-	-	-	-	-	-
Промежуточная и итоговая аттестация (зачет, экзамен)		13	-	4	к/р		9
Самостоятельная работа		**177**	36	35	36	35	35
Общая трудоемкость	**Часы**	**216**	**40**	**39/4**	**40**	**41**	**43/9**
	ЗЕ	**6**					

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лекции	Практич. занятия	Самост. работа
1 семестр	40	-	4	36
1. Я – студент. Имя существительное и артикль. Личные местоимения. Спряжение глаголов в презенсе. Числительные. Порядок слов в предложении. Притяжательные местоимения. Глаголы с отделяемыми и неотделяемыми				

приставками. Отрицание. Словообразование.				
2 семестр	39	-	4	35
2. Наш университет. Склонение личных местоимений. Предлоги. Возвратные глаголы. Модальные глаголы. Сложное прошедшее время перфект. Предпрошедшее время плюсквамперфект. Сложносочиненное предложение. Парные союзы.				
Индивидуальная работа по подготовке к зачету	4	-	-	4
3 семестр	40	-	4	36
3. Город. Неопределенно-личное местоимение “man”. Безличные глаголы и местоимение es. Простое прошедшее время претеритум. Порядок слов в придаточном предложении. Придаточное предложение дополнительное. Придаточное предложение условия.				
4 семестр	41	-	6	35
4. Германия. Немецкоязычные страны. Степени сравнения прилагательных и наречий. Будущее время глагола футурум. Инфинитив. Придаточное предложение цели, причины, времени.				
5 семестр	43	-	8	35
5. Физическое воспитание и спорт. Олимпийские игры. Специализация. Пассив. Конъюнктив. Местоимённые наречия. Распространенное определение. Придаточное предложение определительное.				
Индивидуальная работа по подготовке к экзамену	9	-	-	9
Всего:	216	-	26	177/13

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий
5.2.2. Содержание практических занятий

1. *РАЗДЕЛ, МОДУЛЬ, ТЕМА*: **Я - студент** (4 часа)
Грамматика: Имя существительное и артикль. Личные местоимения. Спряжение глаголов в презенсе. Числительные. Порядок слов в предложении. Притяжательные местоимения. Глаголы с отделяемыми и неотделяемыми приставками. Отрицание. Словообразование. Лексика: Активная и спортивная лексика темы «Я - студент». Текст: “Ich bin Student”. Устная речь. Вопросно-ответные упражнения. Пересказ темы.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний устной и письменной форм коммуникации на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия и правил организации речи в соответствии с видом и ситуацией общения; умений устанавливать

письменные и устные контакты и обмениваться информацией на иностранном языке с собеседниками; излагать свои мысли на иностранном языке в устной и письменной форме в целях решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия; навыков коммуникации в устной и письменной формах на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия (УК-1, УК-4).

2. РАЗДЕЛ, МОДУЛЬ, ТЕМА: **Наш университет** (4 часа)

Грамматика: Склонение личных местоимений. Предлоги. Возвратные глаголы. Модальные глаголы. Сложное прошедшее время перфект. Предпрошедшее время плюсквамперфект. Сложносочиненное предложение. Парные союзы. Лексика: Активная и спортивная лексика темы «Наша академия». Тексты: « Unsere Akademie", "Die Deutsche Hochschule für Körperkultur". Устная речь. Вопросно-ответные упражнения. Пересказ темы.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний устной и письменной форм коммуникации на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия и правил организации речи в соответствии с видом и ситуацией общения; умений устанавливать письменные и устные контакты и обмениваться информацией на иностранном языке с собеседниками; излагать свои мысли на иностранном языке в устной и письменной форме в целях решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия; навыков коммуникации в устной и письменной формах на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия (УК-1, УК-4).

3. *РАЗДЕЛ, МОДУЛЬ, ТЕМА*: **Город** (4 часа)

Грамматика: Неопределенно-личное местоимение "man". Безличные глаголы и местоимение es. Порядок слов в придаточном предложении. Придаточное предложение дополнительное. Придаточное предложение условия. Лексика: Активная и спортивная лексика темы «Германия. Немецкоязычные страны». Тексты: "Deutschland", Deutschsprachige Lander". Устная речь. Вопросно-ответные упражнения. Пересказ темы.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний устной и письменной форм коммуникации на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия и правил организации речи в соответствии с видом и ситуацией общения; умений устанавливать письменные и устные контакты и обмениваться информацией на иностранном языке с собеседниками; излагать свои мысли на иностранном языке в устной и письменной форме в целях решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия; навыков коммуникации в устной и письменной формах на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия (УК-1, УК-4).

4. РАЗДЕЛ, МОДУЛЬ, ТЕМА: **Германия. Немецкоязычные страны** (6 часов)

Грамматика: Степени сравнения прилагательных и наречий. Простое прошедшее время претеритум. Будущее время глагола футурум. Инфинитив. Лексика: Активная и спортивная лексика темы «Город». Тексты: "Smolensk", "Stadtverkehr". Устная речь. Вопросно-ответные упражнения. Пересказ темы.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний устной и письменной форм коммуникации на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия и правил организации речи в соответствии с видом и ситуацией общения; умений устанавливать письменные и устные контакты и обмениваться информацией на иностранном языке с собеседниками; излагать свои мысли на иностранном языке в устной и письменной форме в целях решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия; навыков коммуникации в устной и письменной формах на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия (УК-1, УК-4).

5. РАЗДЕЛ, МОДУЛЬ, ТЕМА: **Физическое воспитание и спорт. Олимпийские игры.** (8 часов)

Грамматика: Пассив. Придаточное предложение цели, причины, времени. Конъюнктив. Местоимённые наречия. Распространенное определение. Придаточное предложение определительное. Лексика: Активная и спортивная лексика темы. Тексты: “Wir treiben Sport”, “ Olympische Spiele”, “Sport in Deutschland”. Устная речь: Вопросно-ответные упражнения. Пересказ темы.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний устной и письменной форм коммуникации на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия и правил организации речи в соответствии с видом и ситуацией общения; умений устанавливать письменные и устные контакты и обмениваться информацией на иностранном языке с собеседниками; излагать свои мысли на иностранном языке в устной и письменной форме в целях решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия; навыков коммуникации в устной и письменной формах на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия (УК-1, УК-4).

6. Самостоятельная работа студентов

При изучении раздела студент самостоятельно готовится по следующим темам и выполняет самостоятельные задания:

№ п/п	Содержание работы Темы занятий	Количество часов	Виды контроля
	РАЗДЕЛ (МОДУЛЬ) 1 Я - СТУДЕНТ		
1. 2. 3.	Переписать слова и выражения в спортивный словарь, пользуясь немецко-русским словарем. Выучить слова. Перевести тексты “Ich bin Student”, “Mein Freund und seine Familie” на русский язык, выписать в словарь незнакомые слова. Выполнить грамматические задания. Имя существительное и артикль. Личные местоимения. Спряжение глаголов в презенсе. Числительные. Порядок слов в предложении. Притяжательные местоимения. Глаголы с отделяемыми и неотделяемыми приставками. Отрицание. Словообразование. Подготовить ответы на вопросы по теме «Я студент». Подготовить пересказ темы. Литература: [2] – с. 5-11. [5] – с.83	36	Проверка индивидуальных словарей. Проверка чтения и перевода текстов. Проверка выполнения грамматических упражнений. Опрос пересказа темы.
	РАЗДЕЛ (МОДУЛЬ) 2 Наш университет		
1. 2. 3.	Переписать слова и выражения в спортивный словарь, пользуясь немецко-русским словарем. Выучить слова. Перевести тексты “Unsere Universitat”, “Die Deutsche Hochschule für Körperkultur (DHfK)” на русский язык, выписать в словарь незнакомые слова. Выполнить грамматические задания. Склонение личных местоимений. Предлоги. Возвратные глаголы. Модальные глаголы.	35	Проверка индивидуальных словарей. Проверка чтения и перевода текстов. Проверка выполнения грамматических упражнений. Опрос пересказа темы.

	Сложное прошедшее время перфект. Предпрошедшее время плюсквамперфект. Сложносочиненное предложение. Парные союзы. 4. Подготовить ответы на вопросы по теме «Наша академия». Подготовить пересказ темы.		
РАЗДЕЛ (МОДУЛЬ) 3 ГЕРМАНИЯ. НЕМЕЦКОЯЗЫЧНЫЕ СТРАНЫ			
1. 2. 3. 4.	Переписать слова и выражения в спортивный словарь, пользуясь немецко-русским словарем. Выучить слова. Перевести тексты “Deutschland”, “Deutschsprachige Lander” на русский язык, выписать в словарь незнакомые слова. Выполнить грамматические задания. Неопределенно-личное местоимение “man”. Безличные глаголы и местоимение es. Простое прошедшее время претеритум. Порядок слов в придаточном предложении. Придаточное предложение дополнительное. Придаточное предложение условия. Подготовить ответы на вопросы по темам «Германия». «Немецкоязычные страны». Подготовить пересказ тем.	36	Проверка индивидуальных словарей. Проверка чтения и перевода текстов. Проверка выполнения грамматических упражнений. Опрос пересказа тем.
РАЗДЕЛ (МОДУЛЬ) 4 ГОРОД			
1. 2. 3. 4.	Переписать слова и выражения в спортивный словарь, пользуясь немецко-русским словарем. Выучить слова. Перевести тексты “Stadtverkehr”, Dialoge, “Smolensk” на русский язык, выписать в словарь незнакомые слова. Выполнить грамматические задания. Степени сравнения прилагательных и наречий. Будущее время глагола футурум. Инфинитив. Придаточное предложение цели, причины, времени. Подготовить ответы на вопросы по теме «Смоленск». Подготовить пересказ темы.	35	Проверка индивидуальных словарей. Проверка чтения и перевода текстов. Проверка выполнения грамматических упражнений. Опрос пересказа темы.
РАЗДЕЛ (МОДУЛЬ) 5 ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СПОРТ. ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ			
1. 2.	Переписать слова и выражения в спортивный словарь, пользуясь немецко-русским словарем. Выучить слова. Перевести тексты “Wir treiben Sport”, “Olympische Spiele” на русский язык, выписать	35	Проверка индивидуальных словарей. Проверка чтения и перевода текстов.

3.	в словарь незнакомые слова. Выполнить грамматические задания. Пассив. Конъюнктив. Местоимённые наречия. Распространенное определение. Придаточное предложение определительное.		Проверка выполнения грамматических упражнений. Опрос пересказа тем.
4.	Подготовить ответы на вопросы по темам «Физическое воспитание и спорт», «Олимпийские игры». Подготовить пересказ тем.		

Список литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно

Основная:

1. Лобанова, И.В. Практикум по немецкому языку для студентов заочного обучения СГАФКСТ : учебное пособие / И.В. Лобанова .— Смоленск: СГАФКСТ, 2020 .— 37 с. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/783329 (дата обращения: 04.02.2022)

Дополнительная

1. Лобанова, И.В. Тексты для дополнительного чтения: пособие по немецкому языку для студентов СГУС / И.В. Лобанова .— 2022 .— 34 с. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/785184 (дата обращения: 03.03.2022)
2. Лобанова И.В. Методические рекомендации по немецкому языку. Тексты и задания для подготовки к экзамену по немецкому языку для студентов СГУС – Смоленск: СГУС, 2022.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-1 – способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач. **УК-4** - способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном и иностранном(ых) языке	**Педагог (ПО) А/01.6** Основы поликультурного образования.	**Знает:** - основные понятия и терминологию на иностранном языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в иностранном языке; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка;

		- нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения;
	Педагог (ПО) А/01.6 Владеть ИКТ (информационно-коммуникативными) – компетентностями.	**Умеет:** на иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык;
	Педагог (ПО) А/01.6 Формирование навыков, связанных с информационно-коммуникационными технологиями **Педагог (ПО) А/03.6** Формирование толерантности и позитивных образцов поликультурного общения	**Имеет опыт:** - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией на иностранном языке; **-** публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике:

	Педагог (ПО) В/03.6 Применение специальных языковых программ (в том числе русского как иностранного), программ повышения языковой культуры и развития навыков поликультурного общения. Совместное с учащимися использование иноязычных источников информации, инструментов перевода, произношения	сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль осуществляется в виде:

- устного опроса, чтения и перевода текстов;
- проверки выполнения домашних заданий;
- вопросно-ответных упражнений;
- контрольных переводов и контрольных работ;
- устного и письменного опроса активной и спортивной лексики.

Промежуточный контроль - контрольная работа (3 семестр)

Итоговый контроль – экзамен (5 семестр)

Содержание контрольной работы

I. Прочтите и переведите следующий текст. Выпишите незнакомые слова с переводом.

Deutschland

Die BRD liegt in der Mitte Europas. Sie grenzt im Westen an die Niederlande, Belgien, Luxemburg und Frankreich, im Süden an die Schweiz und an Österreich, im Osten an die Tschechische Republik und an Polen. Im Norden grenzt Deutschland an Dänemark, außerdem bilden die Nordsee und die Ostsee eine natürliche Grenze wie die Alpen im Süden.

Die Hauptstadt der BRD ist Berlin. Die BRD besteht aus 16 Bundesländern: Baden-Württemberg (Landeshauptstadt - Stuttgart), Bayern (München), Berlin, Brandenburg (Potsdam), Bremen, Hamburg, Hessen (Wiesbaden), Mecklenburg-Vorpommern (Schwerin), Niedersachsen (Hannover), Nordrhein-Westfalen (Düsseldorf), Rheinland-Pfalz (Mainz), Saarland (Saarbrücken), Sachsen (Dresden), Sachsen-Anhalt (Magdeburg), Schleswig-Holstein (Kiel) und Thüringen (Erfurt). Berlin, Bremen und Hamburg sind Stadtstaaten.

Die BRD ist ein demokratischer und sozialer Bundesstaat. Sie ist ein Rechtsstaat. Das Staatswappen Deutschlands ist ein rotbewehrter schwarzer Adler. Die Staatsflagge ist schwarz-rot-gold.

Die Verfassungsorgane der Bundesrepublik sind der Bundespräsident, das Parlament und die Regierung. Das Staatsoberhaupt der BRD ist der Bundespräsident. Das deutsche Parlament besteht aus dem Bundestag und dem Bundesrat. Die Bundesregierung besteht aus dem Bundeskanzler und den Bundesministern.

Die Fläche Deutschlands beträgt über 356000 Quadratkilometer. Hier leben über 80 Millionen Menschen.

Deutschland ist ein führendes Industrieland. Von großer Bedeutung sind die Landwirtschaft, die Forstwirtschaft und die Fischerei.

Deutschland verfügt über einige Bodenschätze (Braun- und Steinkohle, Eisenerz, Mineralien).

Die Oberfläche des Landes ist auf folgende Weise gestaltet: Der nördliche Teil ist ein Tiefland, der südliche ist gebirgig. Am höchsten sind die Bayerischen Alpen. Die größten Flüsse des Landes sind der Rhein,

die Elbe, die Donau, die Oder. Die größten Seen sind der Bodensee und der Müritzsee. Das Klima des Landes ist gemäßigt.

Beantworten Sie Fragen

1. Wo liegt Deutschland? 2. An welche Länder grenzt es? 3. Wie heißt die Hauptstadt der BRD? 4. Ist Deutschland ein Bundesstaat? 5. Aus wieviel Bundesländern besteht die BRD? 6. Welche Bundesländer sind Stadtstaaten? 7. Wie sehen das Staatswappen und die Flagge der BRD aus? 8. Wie groß ist die Fläche Deutschlands? 9. Wie viele Menschen leben dort? 10. Gehört die BRD zu den führenden Industrieländern der Welt? 11. Über welche Bodenschätze verfügt Deutschland? 12. Wie ist der nördliche und der südliche Teil des Landes gestaltet? 13. Wie heißen die höchsten Berge Deutschlands? 14. Ist das Land reich an Wäldern? 15. Wie ist das Klima des Landes? 16. Welche großen Flüsse fließen in Deutschland? 17. Welche Seen gibt es auf dem Territorium des Landes?

II. Выполните грамматические задания.

1.Образуйте предложения с местоимением "man" и переведите их на русский язык .

1.die Hände, waschen, vor dem Essen 2. zubereiten, diese Speise, recht oft, in meiner Familie

2. Переведите предложения с безличным местоимением "es" на русский язык.

1. Es ist bereits halb sieben. 2. Es ist schon spät zum Spaziergehen. 3. Heute ist es windig. 4. Wie geht es deinen Eltern? 5. Wie steht es mit deiner Jahresarbeit? 6. In diesem Roman handelt es sich um ein historisches Ereignis. 7. In jenem Geschäft gibt es viele billige Waren. 8. Es hat die ganze Nacht geblitzt und gedonnert. 9. Immer gibt es irgendeinen Ausweg. 10. Im Artikel geht es um den Umweltschutz.

3 Напишите предложения в Präteritum

1. Wir (schreiben) eine Klausurarbeit. 2. Inna (verbringen) den Urlaub im Ausland. 3. Du (geben) eine falsche Antwort . 4. Unsere Mannschaft (teilnehmen) an diesem Wettkampf. 5. Ihr (arbeiten) recht gut. 6. Die Studenten (sein) zur Stunde bereit. 8. Ich (haben) wenig Zeit.

4. Образуйте предложения с придаточными дополнительными и условия **и переведите их на русский язык .**

1. Das Wetter ändert sich so oft, daß (Man kann alles erwarten.) 2. Sagen Sie bitte, ob (Sie sind heute abend frei). 3. (Ich erhalte keinen positiven Bescheid in dieser Sache), betraue ich meinen Rechtsanwalt mit der Angelegenheit. 4. Die **PIN** (die Persönliche Identifikations-Nummer) braucht man, (man will mit seiner Scheckkarte Geld aus dem Automaten holen).

Содержание зачета

До зачета выполнить тест соответствующего семестра. Зачет получают студенты, не имеющие задолженностей по материалу семестра.

Итоговый контроль – экзамен

Содержание экзамена

1. Письменный перевод со словарем с иностранного языка на русский язык спортивного текста по специальности, объемом 1000 – 1500 печатных знаков.

3. Пересказ одной из пройденных устных тем.

К сдаче экзамена допускаются студенты, не имеющие задолженностей по текущей успеваемости и сдавшие все зачеты.

7.2.2. Тестовые задания по дисциплине

1 семестр

A. Grammatik

Wortfolge.

1: a) Er beteiligt sich oft an den Wettstreiten.
b) Er oft beteiligt sich an den Wettstreiten.
2: a) Morgen haben wir drei Doppelstunden.
b) Morgen wir haben drei Doppelstunden.
3: a) Sie Verbringen die Freizeit im Freien?
b) Verbringen Sie die Freizeit im Freien?
4: a) Wohin gehst du nach dem Unterricht?
b) Wohin du gehst nach dem Unterricht?

Präsens

1. Dieser Student … immer fleiβig.
a)arbeit b)arbeiten c)arbeitetd)arbeitest
2.Ihr … Platz hier, und ich setze mich ans Fenster.

a)nimmt b)nehmen c)nehme d)nehmt
3. Er … mir einen guten Rat.
a)gebt b)gibt c)gibst
2…. du die Flugreise?
a)verträgst b)verträgt c)vertragst
5.Ich lege mich ins Bett und … .
a)einschlafe b)einschlafen c)schlafe ein
B. Lexik
1. Unsere Familie besteht aus vier …..
a)Personen, b)Herren c) Onkeln
2.Die Tochter meiner Tante ist meine … .
a)Nichte b)Base c)Schwiegersohn
3.Der Bruder meines Vaters ist mein…
a)Onkel b)Enkel c)Vetter
4. Der dritte Wochentag ist….
a)Montag, b)Mittwoch, c)Dienstag,
5. Es ist 21 Uhr.
a)Wie spät ist es? b) Wozu spät ist es? c)Wann ist es spät?
7.An unserer Uni ist das Studium … .
a)pflichtbewusst b)wehrpflichtig c) gebührenpflichtig

2 семестр

A. Grammatik
Perfekt
1.Der Sportler … schnell gelaufen.
a)sind d)hat c)ist
2.Ich … die Aufgabe gemacht.
a)bin b)habe c)hat
3.Wir … in der Akademie lange geblieben.
a)haben b)seid c) sind
Modalverben
1.Er … gut Schach spielen.
a)könnt b) kann c)kannt
2.Du … nicht rauchen.
a) darfst b)dürfst c)darf
3.Nach dem Unterricht … ich in die Turnhalle gehen.
a)musse b) müsse c)muss
4.Mein Vetter … Leistungssportlerin werden.
a)wolle b)wollt c)will
5.Ich lerne Englisch, aber lieber … ich Französisch lernen.
a)muss b)möchte c) kann
B. Lexik
1.Viele Menschen … gern Sport.
a)treffen b)treiben c)treten d)tadeln
2.Fuβball ist eine sehr populare … .
a)Olympiade b)Stadion c)Sportart d)Sportfest
3.Unsere Studenten nehmen an verschiedenen … teil.
a)Wettbewerben b)Wetterbeobachtungen c)Wettbüros d)Western
4. … nehme ich Eis und Obst.
a)als Vorspeise b)als Beilage c)als Hauptgericht d)als Nachspeise

3 семестр

A. Grammatik
Setzen Sie Infinitivgruppen mit um ... zu, statt ... zu, ohne ... zu.
a)Olaf geht in den Schwimmbecken, … (dort trainieren).
b)Wir nehmen Taxi, … (mit dem eigenen Auto fahren).
c)Wieder geht er zum Unterricht, … (die Hausaufgaben gemacht haben).
Präteritum
1.Der Winter … sehr kalt.
a) war b)wart
2.Die Mannschaft … im Wettkampf Erfolg.
a)hatte b)hattet
3.Es … windig.
a)wurdet b)wurde
4. Ich … zum Treffen rechtzeitig.

a) kame b)kam
6.Ihr … am Vortrag fleiβig.
a)arbeitetet b)arbeitet
7.Den ganzen Weg … er zu Fuss.
a)ging b)gang
Futurum
a)Die Meisterschaft wird finden im Oktober statt.
b)Die Meisterschaft wird im Oktober stattfinden.
B. Lexik
1. Das erste Mal wurde Smolensk … urkundlich erwähnt.
a) im Jahre 1380 b)im zehnten Jahrhundert c) im Jahre 863
2.Man nennt Smolensk … .
a) eine „Hauptstadt“ b) eine „Schlüsselstadt“ c) eine „Schlummerstadt“.
3. Smolensk ist reich an … .
a) Segelschiffen b)Sehenswürdigkeiten c) Seeräubern
4. In der Stadt gibt es viele … .
a). Denkmäler b) Denksportaufgaben c) Denksteine

4 семестр

Satzgefüge
Objektsatz:
Wir haben gehört, …
a)dass der Zug zehn Minuten Verspätung hat
b)ob der Zug zehn Minuten Verspätung hat
Bedingungssatz
a)Wir besuchen eine Gaststätte, wenn du am Abend Zeit hast.
b) Wir besuchen eine Gaststätte, wenn du hast am Abend Zeit.
B. Lexik
1.Deutschland liegt … .
a)im Nahen Westen b)im Süden Europas c)in der Mitte Europas
2.Die Vereinigung Deutschlands vollzog sich … .
a)1992 b)1945 c)1990
3.Die Hauptstadt von Osterreich heiβt ….
a)Wien b)Oslo c)Genf

5 семестр

Pronominaladverbien
1. Mein Freund erinnert sich oft an diese Reise. Ich erinnere mich auch … .
a) woran b) daran
2.Ich träume von einem neuen Computer. Und … träumst du?
a) wodurch b)wovon
3. … interessieren Sie sich am meisten?
a)dafür b)wofür
Präsens Passiv
a.Täglich eine Menge von E-Mails wird verschickt.
b.Täglich wird eine Menge von E-Mails verschickt.
Präteritum Passiv
a.Das erste Sonnenkraftwerk ist auf Sizilien in Betrieb genommen.
b.Das erste Sonnenkraftwerk wurde auf Sizilien in Betrieb genommen.
Perfekt Passiv
a) Der Urlaub ist interessant verbracht.
b) Der Urlaub ist interessant verbracht worden.
Futurum Passiv
a)Der Vertrag wird Ende der Woche abgeschlossen werden.
b) Der Vertrag wird Ende der Woche abgeschlossen worden.
Erweitertes Attribut
a)der grenzende an die Schweiz Staat
b) der an die Schweiz grenzende Staat
Attributtsatz
1.Die Vorlesung, … , war recht interessant.
a)das du versäumt hast
b)die du versäumt hast
2.Dieser Schriftsteller, …, ist mein Landsmann.
a)deren Bücher so populär sind
b)dessen Bücher so populär sind

Kausalsatz
Ich kann jetzt leider nicht arbeiten, ….. .
a)denn ich Kopfschmerzen habe.
b) weil ich Kopfschmerzen habe.

7.2.3. Вопросы к экзамену

Вопрос 1

Чтение, письменный перевод текстов:
Vorbereitende überlegungen, Therapie nach dem Pech-Schema, Laufen hilft gegen alles (1), Laufen hilft gegen alles (2), Medikamente im Betreuerkoffer, Marathontraining (I), Marathontraining (II), Tennisanlagen in Hagen, Die Rolle des Sports; Wer fit ist, hat es leichter

Вопрос 2

Расскажите: о себе и своей семье; о нашем университете; о Смоленске или о своем родном городе; о Германии; о занятиях физической культурой и спортом; об Олимпийских играх.

Рекомендации по оцениванию результатов достижения компетенций.

Показатели	Критерии оценивания	Средства оценивания
УК-4 - способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном и иностранном(ых) языке **УК-1** – способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.		
Знания (знать): Пороговый уровень	**Знает:** основную иноязычную терминологию направления адаптивной физической культуры, русские эквиваленты основных слов и выражений профессиональной речи; нормы профессиональной деловой письменной речи; международные стандарты видов служебных документов.	Устный опрос, контрольная работа, тест
Умения (уметь): **Стандартный уровень**	**Умеет:** работать с иностранной литературой по направлению подготовки; работать со словарем (читать транскрипцию, находить переводы фразеологических единиц).	Тесты, дискуссия, реферат с презентацией
Навыки (владеть): Эталонный уровень	**Владеет:** иностранной разговорной речевой деятельностью применительно к сфере бытовой и профессиональной коммуникации; формами деловой переписки с иностранными партнерами; основами реферирования и аннотирования иностранной литературы по специальности.	Тест, творческий проект

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Лобанова, И.В. Практикум по немецкому языку для студентов заочного обучения СГАФКСТ : учебное пособие / И.В. Лобанова .— Смоленск: СГАФКСТ, 2020 .— 37 с. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/783329 (дата обращения: 04.02.2022)

Дополнительная

1. Лобанова, И.В. Тексты для дополнительного чтения: пособие по немецкому языку для студентов СГУС / И.В. Лобанова .— 2022 .— 34 с. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/785184 (дата обращения: 03.03.2022)
2. Лобанова И.В. Методические рекомендации по немецкому языку. Тексты и задания для подготовки к экзамену по немецкому языку для студентов СГУС – Смоленск: СГУС, 2022.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1. Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система НЦР «Руконт» [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://lib.rucont.ru/

2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://elibrary.ru/

3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://lib.sportedu.ru

Справочно-информационные системы:

1.«КонсультантПлюс» [Электронный ресурс]: справочная правовая система. – Режим доступа: http://www.consultant.ru

2.«Гарант» [Электронный ресурс]: справочная правовая система. – Режим доступа: http://www.garant.ru

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

1. Онлайн-журнал с заметками о туризме [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.sciencedirect.com/journal/journal-of-outdoor-recreation-and-tourism

2. Исследует влияние отдыха на открытом воздухе на здоровье людей; городскую планировку [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://scholarworks.iu.edu/iupjournals/index.php/rptph

3. Журнал о туризме и сервисе в свободном доступе [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.longdom.org/tourism-hospitality.html

4. Международный журнал, посвящённый отдыху, туризму и маркетингу [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.inderscience.com/jhome.php?jcode=ijltm

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Студент обязан пользоваться вводимым на занятиях грамматическим материалом, вести активный и спортивный словарь в тетради, а также иметь словарь с самостоятельно выписанными словами по проходимым темам. Все устные темы должны быть записаны в тетради. При ответе в аудитории студент читает и переводит текст, пользуясь записанным словарем. Чтобы овладеть грамматическим материалом, студент работает дома с записями в тетради данной грамматической темы, используя указанное дополнительно учебное пособие. Затем он приступает к выполнению грамматических упражнений. Студент заучивает заданный активный лексический материал и приступает к работе над текстом (чтение, перевод, вопросно-ответные и другие упражнения, пересказ).

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины

Материально-техническое обеспечение дисциплины «Иностранный язык»:
– три персональных компьютера; ноутбук; класс с мультимедийной установкой; учебные карты: “Bundesrepublik Deutschland, physisch”, “Bundesrepublik Deutschland, politisch”, “Ausgewanderte Wörter“, “Deutschland *in Bildern*”.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1.	Аудитория № 305 - помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung300E5A, проектор inFocusIN122a (стационарный), интерактивная доска с антибликовым покрытием, интерактивное устройство VirtualInk Mimio Xiinteractive, акустические колонки Genius SP-205B.	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение № лицензии 23041709220 65924300631, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250499 Node 1 year Educational Renewal License;
2.	Аудитория № 316 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 30; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная трёхэлементная.	-//-

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
3.	Аудитория № 317 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 16; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная.	-//-
4.	Аудитория № 318а - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 24; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная трехэлементная.	-//-
5.	Аудитория № 318 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 18; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная.	-//-

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная

			система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано:
Ответственный за ОПОП
по направлению по направлению подготовки
49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент Васильева З.В.

			система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License. Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License. Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано:
Ответственный за ОПОП
по направлению по направлению подготовки
49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент Васильева З.В.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра МЕНЕДЖМЕНТА И ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНЫХ ДИСЦИПЛИН

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«13» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующая кафедрой Е.В. Алпацкая

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«19» 05 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ПРИКЛАДНАЯ МАТЕМАТИКА В ТУРИСТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная
Курс – 2
Семестры – 3, 4
Итоговая форма контроля:
контрольная работа, экзамен

Рабочую программу разработали:
Алпацкая Е.В., к.п.н., доцент
Хармонова А.А., ст. преподаватель

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта ВО ……. 3
2. Результаты обучения по дисциплине ……. 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП …… 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы ……. 5
5. Содержание дисциплины ……. 5
5.1. Количество часов по видам занятий ……... 5
6. Самостоятельная работа студентов …… 6
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации ……. 11
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины …… 11
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы ……. 12
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 13
7.2.2. Тестовые задания по дисциплине..... 13
7.2.3. Вопросы к экзамену……..... 17

8. Перечень основной и дополнительной литературы ……. 19
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины …… 20
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины ……. 21
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины ……. 21

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и

общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1 – способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

ОПК-11 – способен проводить исследования по определению эффективности, используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать: значение и области применения математической статистики Уметь: - использовать изученные законы распределения случайных величин в практических задачах - использовать основные приемы обработки экспериментальных данных для оценки значений параметров и проверки значимости гипотез Иметь опыт: владения теоретико-вероятностными методами для решения прикладных задач по специальности	**01.001** Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель учитель) А/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы	УК-1
Знать:	**01.003** Педагог дополнительного	ОПК-11

основное программное обеспечение, предназначенное для математических расчетов Уметь: обрабатывать статистическую информацию для оценки значений параметров и проверки статистических гипотез Иметь опыт: применения вероятностного подхода и статистического анализа для описания решения прикладных задач	образования детей и взрослых А/04.6 Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы В/01.6 Организация и проведение исследований рынка услуг дополнительного образования детей и взрослых	

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Прикладная математика в туристской деятельности» реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений: Б1. В.О1.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в 3-м и 4-м семестрах по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля в 3-ом семестре – контрольная работа, в 4-ом семестре – экзамен.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по математике и информатике в объеме средней школы.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Всего часов	Семестры	
		3	4
Контактная работа преподавателей с обучающимися	14	8	6
Лекции	6	4	2
Практические занятия	8	4	4
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	9	контрольная работа	экзамен
Самостоятельная работа	85	57	28
Общая трудоемкость часы	108	108	
З.Е.	3	3	

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лекц. занятия	Практич. занятия	Самост. работа
1	*2*	*3*	*4*	*5*
Тема 1. Случайные величины. Основные распределения случайных величин				
1.1 Ряд распределения, многоугольник и функция распределения дискретной случайной величины. Числовые характеристики дискретной случайной величины	12	1	-	11
1.2 Функция распределения и плотность распределения вероятностей непрерывной случайной величины. Числовые характеристики непрерывной случайной величины	12	1	-	11
Тема 2. Основы математической статистики				
2.1 Выборки и их характеристики	15	1	2	12
2.2 Элементы теории оценок и проверки гипотез	40	2	4	34
2.3 Корреляционно-регрессионный анализ	20	1	2	17
Экзамен	9			
Всего	108	6	8	85

6. Самостоятельная работа студентов

При изучении темы студент самостоятельно готовится по следующим вопросам и выполняет творческие самостоятельные задания:

1	Ряд распределения, многоугольник и функция распределения дискретной случайной величины. Числовые характеристики дискретной случайной величины. Основные законы распределения дискретных случайных величин	11	Выполнение расчетно-графического задания, собеседование
2	Функция распределения и	11	Выполнение расчетно-

	плотность распределения вероятностей непрерывной случайной величины. Числовые характеристики непрерывной случайной величины. Основные законы распределения непрерывных случайных величин		графического задания, собеседование
3	Выборки и их характеристики	12	Выполнение расчетно-графического задания, собеседование
4	Элементы теории оценок и проверки гипотез	34	Выполнение расчетного задания, собеседование
5	Корреляционно-регрессионный анализ	17	Выполнение расчетно-графического задания, собеседование
Итого		85	

Примечание. Расчетно-графические задания составляют контрольную работу по дисциплине.

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Задания для самостоятельной работы

1. Ряд распределения, многоугольник и функция распределения дискретной случайной величины. Числовые характеристики дискретной случайной величины. Основные законы распределения дискретных случайных величин.

Пример расчетно-графического задания. Дано распределение дискретной случайной величины X. Найти математическое ожидание, дисперсию и среднее квадратическое отклонение. Построить график функции распределения $F(x)$, полигон. Найти вероятность события $A = \{4 < X \le 8\}$.

x_i	4	6	8	10
p_i	0,3	0,2	0,4	0,1

Контрольные вопросы.

1. Что изучает теория вероятностей?
2. Что такое испытание? Приведите пример.
3. Дайте определение случайной величины.
4. Что называется законом распределения случайной величины?
5. Какая случайная величина называется дискретной?
6. Как называется табличная форма задания закона распределения дискретной случайной величины?
7. Что собой представляет графическая форма задания закона распределения дискретной случайной величины?

8. Чему равна сумма всех вероятностей значений дискретной случайной величины?

9. Какая числовая характеристика случайной величины имеет вероятностный смысл в том, что ее значение равно среднему арифметическому значению случайной величины?

10. Какая числовая характеристика имеет размерность квадрата случайной величины?

11. В каких случаях, вместо биномиального закона распределения используется закон распределение Пуассона?

12. Рассмотрите применение биномиального распределения в ставках на спорт (оценка результатов игрока).

2. Функция распределения и плотность распределения вероятностей непрерывной случайной величины. Числовые характеристики непрерывной случайной величины. Основные законы распределения непрерывных случайных величин.

Пример расчетно-графического задания. Непрерывная случайная величина *X* задана интегральной функцией распределения $F(x)$.

$$F(x)=\begin{cases} 0 & при \quad x \le 0, \\ \dfrac{x^2}{9} & при \quad 0 < x \le 3, \\ 1 & при \quad x > 3. \end{cases}$$

Определить дифференциальную функцию распределения $f(x)$, математическое ожидание, дисперсию и среднее квадратическое отклонение случайной величины *X*. Построить графики функций $F(x)$ и $f(x)$.

Контрольные вопросы.

1. Какая случайная величина называется непрерывной?

2. Чему равна вероятность того, что непрерывная случайная величина примет определенное значение?

3. Что такое дифференциальная функция распределения непрерывной случайной величины?

4. Какие наиболее существенные черты закона распределения случайной величины выражают ее числовые характеристики?

5. Запишите формулу для вычисления дисперсии непрерывной случайной величины, заданной на интервале (a;b).

6. Чему равно математическое ожидание непрерывной случайной величины X, распределенной равномерно в интервале (4;8)?

7. Непрерывная случайная величина имеет показательный закон распределения. Запишите формулу её дифференциальной функции распределения.

8. Как изменяется вид кривой нормального распределения при одновременном уменьшении математического ожидания и среднего квадратического отклонения?

9. Постройте график нормированного распределения.

10. В чем заключается правило «трех сигм»?

11. Случайная величина имеет нормальный закон распределения с параметрами .

12. Составьте интервал, в котором практически достоверно заключены все ее значения.

3. Выборки и их характеристики.

Пример расчетно-графического задания. Произведена выборка результатов штрафных бросков в кольцо у учащихся 9-х классов (мальчиков): 7, 5, 4, 7, 8, 5, 6, 6, 5, 6, 7, 4, 9, 5, 6, 3, 7, 8, 6, 7, 7, 5, 6, 7 (количество попаданий из 10 бросков). По выборочным данным составить безынтервальный вариационный ряд, построить полигон. Вычислить выборочное среднее значение, дисперсию, среднее квадратическое отклонение, коэффициент вариации, статистическую ошибку выборочной средней. Указать моду и медиану. Описать каждое полученное значение.

Контрольные вопросы.

1. В чем заключается выборочный метод исследования?
2. Какие обязательные требования предъявляются к выборочной совокупности?
3. Что такое вариационный ряд?
4. В исследовании принимали участие 76 человек. Для построения интервального вариационного ряда, по формуле Стерджеса, вычислите оптимальное число интервалов.
5. Расскажите алгоритм построения интервального вариационного ряда.
6. Что такое полигон и гистограмма? Схематично изобразите эти графики.
7. Верно ли утверждение, что «Кумулятивная кривая – это убывающая кривая»?

4. Элементы теории оценок и проверки гипотез.

Пример расчетно-графического задания. В начале учебного года проводилась оценка уровня общефизической подготовки студентов группы №1 (направление «Экономика») и группы №2 (направление «Юриспруденция») 1-го курса, и одним из контрольных упражнений был бег на 100 м. Результаты тестирования представлены в таблице (сек):

Группа №1 (X)	9,5	10,1	9,7	10,8	10,2	9,2	9,0	10,4	11,0	10,7	9,6	10,5
Группа №2 (Y)	10,0	9,8	9,5	9,1	10,0	9,7	8,9	10,1	9,6	9,5	9,0	9,8

При помощи t - критерия Стьюдента установить, достоверны ли различия результатов бега на 100 м у студентов 1 курса направления «Экономика» и «Юриспруденция».

Контрольные вопросы.

1. Что называют статистической оценкой исследуемого параметра генеральной совокупности?

2. Какие данные являются несгруппированными? сгруппированными?

3. Чему равна мода вариационного ряда 2,3,3,4,5,6,8?

4. Произведено девять измерений некоторой случайной величины (в мм): 3,3,3,4,5,5,6,7,7. Чему равна медиана данного вариационного ряда?

5. Перечислите характеристики вариативности выборочной совокупности.

6. Известно, что коэффициент вариации равен 28%. Что можно сказать о выборочной совокупности?

7. Дана интервальная оценка $(5{,}5;\ 6{,}5)$ математического ожидания нормально распределенного количественного признака. Чему равна точечная оценка математического ожидания?

8. Дана интервальная оценка $(6{,}8;\ 9{,}8)$ математического ожидания нормально распределенного количественного признака. Чему равна точность этой оценки?

9. Что показывает статистическая ошибка, и как она зависит от объёма выборки?

10. В чем заключается ошибка первого рода?

11. Что такое «ось значимости»?

12. Что такое критерии различия?

13. Простой статистический ряд имеет вид: 2; 5; 2; 1; 4. Чему равен ранг варианты 5?

14. Критерий W-Вилкоксона. Сумма рангов значений исследуемого показателя первой группы , второй - . Чему равно эмпирическое значение W-критерия Вилкоксона?

15. Критерий W-Вилкоксона. Известно, что , при уровне значимости 0,05, при уровне значимости 0,01. На основании приведенных данных, какая принимается гипотеза?

16. Критерий t-Стьюдента. Известно, что , при уровне значимости 0,05, при уровне значимости 0,01. На основании приведенных данных, какая принимается гипотеза?

17. Какие вы знаете критерия согласия и, каковы условия их применения?

18. Что характеризуют показатели асимметрии и эксцесса?

5. Корреляционно-регрессионный анализ.

Пример расчетно-графического задания. Результаты, показанные десятиборцами в толкании ядра (X) и метании диска (Y), представлены в таблице:

X, м	16,28	14,21	15,12	13,39	13,38	13,38	13,62	13,90
Y, м	44,70	40,97	47,34	41,86	43,56	40,00	42,44	40,54

Определить форму и направление взаимосвязи между результатами в толкании ядра и метании диска с помощью построения графика корреляционного поля.

Вычислить коэффициент корреляции Браве-Пирсона между результатами в толкании ядра и метании диска.

Проверить достоверность найденного коэффициента корреляции.

Контрольные вопросы.

1. Что такое корреляционное поле?

2. Какие значения принимает коэффициент корреляции?

3. Расчетное значение коэффициента корреляции между случайными величинами и оказалось равным нулю. Что это означает?

4. Какова единица измерения коэффициента корреляции?

5. В каких случаях вычисляют коэффициенты множественной корреляции?

6. В чем состоит основная задача регрессионного анализа?

7. Выборочное уравнение парной регрессии имеет вид $y = 4 - 3x$. Чему равен выборочный коэффициент регрессии?

8. Выборочное уравнение парной регрессии имеет вид $y = -2 + 5x$. Какие значения может принимать выборочный коэффициент корреляции?

9. При построении выборочного уравнения парной регрессии вычислены: выборочный коэффициент корреляции $r = 0{,}65$ и выборочные средние квадратические отклонения $\sigma_x = 2, \sigma_y = 4$. Чему равен выборочный коэффициент регрессии X на Y?

Список литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно

1. Основы математической статистики: Учебное пособие для ин-тов физической культуры / Под ред. В.С.Иванова. – М.: Физкультура и спорт, 1996. – 176 с.

2. Гусева, Е. Н. Теория вероятностей и математическая статистика : учебное пособие : [16+] / Е. Н. Гусева. – 7-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2021. – 220 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83543 (дата обращения: 19.05.2026). – ISBN 978-5-9765-1192-7. – Текст : электронный.

3. Шмелёв, П. А. Элементы теории вероятностей и математической статистики : учебное пособие / Г. А. Шмелёва, А. Н. Фураев; П. А. Шмелёв .— Малаховка : МГАФК, 2014 .— 191 с. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/773030 (дата обращения: 19.05.2026)

4. Костенко, Е.Г. Математика и математическая статистика : учеб. пособие / Куб. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма; Е.Г. Костенко .— Краснодар : КГУФКСТ, 2020 .— 151 с. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/814167 (дата обращения: 19.05.2026)

5. Алексеева, И.В. Математическая статистика в физической культуре и спорте / И.В. Алексеева .— Великие Луки : Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2020 .— 106 с. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/775919 (дата обращения: 19.05.2026)

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-1	**01.001** Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель учитель) A/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы	Знает (пороговый уровень): основные методы поиска, сбора и обработки информации, метод системного анализа Умеет (стандартный уровень): находить и критически анализировать информацию, необходимую для решения поставленной задачи, использовать системный подход Имеет опыт (эталонный уровень): осуществлять критический анализ и синтез информации, полученной из различных источников, работы с методикой системного подхода для решения поставленных задач.
ОПК-11	**01.003** Педагог дополнительного образования детей и взрослых A/04.6 Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы B/01.6 Организация и проведение исследований рынка услуг дополнительного образования детей и взрослых	Знает (пороговый уровень): основные методы основные методы решения типовых задач курса Умеет (стандартный уровень): решать математические задачи средствами изучаемого курса Имеет опыт (эталонный уровень): владения математическими методами для решения поставленных задач в области физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности

Уровни оценки ожидаемых результатов:

• Пороговый – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• Стандартный – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• Эталонный – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Уровень теоретической подготовленности и сформированности практических умений и навыков бакалавров по использованию методов математической статистики для решения профессионально-прикладных задач оценивается непосредственно на каждом практическом занятии на основе применения методов текущего и промежуточного контроля. Итоговый контроль теоретических знаний и практических умений бакалавров осуществляется с помощью контрольной работы и проведения экзамена.

7.2.2. Тестовые задания по дисциплине

1. Закон распределения дискретной случайной величины X задан таблицей распределения:

x_i	-1	1	3	5
p_i	0,3	p	0,4	0,1

Чему равно значение p?

а) $p = 0,1$; б) $p = 0,3$; в) $p = 0,5$; г) $p = 0,2$.

2. Закон распределения дискретной случайной величины X задан таблицей распределения:

x_i	-1	1
p_i	p_1	p_2

Известно, что $M(X) = 0,4$. Чему равны значения p_1 и p_2?

а) $p_1 = 0,1$, $p_2 = 0,9$; б) $p_1 = 0,4$, $p_2 = 0,6$;

в) $p_1 = 0,3$, $p_2 = 0,7$; г) $p_1 = 0,5$, $p_2 = 0,5$.

3. Закон распределения дискретной случайной величины X задан таблицей распределения:

x_i	-2	2	4
p_i	0,5	0,2	0,3

Чему равна вероятность события $A = \{1 \le X \le 4\}$?

а) $p(A) = 0,5$; б) $p(A) = 0,3$; в) $p(A) = 0,2$; г) $p(A) = 1$.

4. Какая числовая характеристика случайной величины имеет вероятностный смысл в том, что ее значение равно среднему арифметическому значению случайной величины?

а) математическое ожидание;

б) дисперсия;

в) среднее квадратическе отклонение;

г) мода.

5. Множество значений дискретной случайной величины

а) является конечным множеством фиксированных величин;

б) является конечным или бесконечным, но счетным множеством фиксированных величин;

в) заполняет конечный промежуток на числовой оси;

г) заполняет конечный или бесконечный промежуток на числовой оси.

6. Закон распределения дискретной случайной величины X задан таблицей распределения:

x_i	0	2	4
p_i	0,4	0,2	0,4

Тогда математическое ожидание этой случайной величины равно…

а) 1; б) 2; в) 4; г) 5.

7. Известно, что дисперсия дискретной случайной величины X равна 16, тогда ее среднее квадратическое отклонение равно

а) 4; б) 8; в) 16; г) 0.

8. Известно, что среднее квадратическое отклонение случайной величины X равно 0,2, тогда ее дисперсия равна

а) 0,2; б) 2; в) 0,4; г) 0,04.

9. Математическое ожидание случайной величины X обладает свойством…

а) $M(C)=0$; б) $M(C)=C$;

в) $M(C)=-C$; г) $M(C)=2C$.

10. Случайная величина X определена как $X=4$. Тогда математическое ожидание этой случайной величины равно…

а) $M(X)=0$; б) $M(X)=2$; в) $M(X)=4$; г) $M(X)=16$.

11. Дисперсия случайной величины X обладает свойством …

а) $D(C\cdot X)=C\cdot D(X)$; б) $D(X+C)=D(X)$;

в) $D(X+C)=D(X)+C$; г) $D(C\cdot X)=D(X)$.

12. Случайная величина X определена как $X=4$. Тогда дисперсия этой случайной величины равна…

а) $D(X)=0$; б) $D(X)=2$; в) $D(X)=4$; г) $D(X)=16$.

13. Функция распределения случайной величины есть

а) убывающая функция на всей числовой оси;

б) неубывающая функция на всей числовой оси;

в) функция, значения которой изменяются от -1 до 1;

г) функция, значения которой изменяются от $-\infty$ до $+\infty$.

14. Закон распределения дискретной случайной величины X задан таблицей распределения:

x_i	3	4	5
p_i	0,1	0,3	0,6

Тогда ее функция распределения вероятностей имеет вид…

а) $F(x)=\begin{cases} 0{,}1, & \text{если } x\le 3 \\ 0{,}3, & \text{если } 3<x\le 4 \\ 0{,}6, & \text{если } 4<x\le 5 \\ 1, & \text{если } x>5 \end{cases}$

б) $F(x)=\begin{cases} 0, & \text{если } x\le 3 \\ 0{,}1, & \text{если } 3<x\le 4 \\ 0{,}3, & \text{если } 4<x\le 5 \\ 0{,}6, & \text{если } x>5 \end{cases}$

в) $F(x)=\begin{cases} 0, & \text{если} \quad x \le 3 \\ 0{,}1, & \text{если} \quad 3 < x \le 4 \\ 0{,}3, & \text{если} \quad 4 < x \le 5 \\ 1, & \text{если} \quad x > 5 \end{cases}$ г) $F(x)=\begin{cases} 0, & \text{если} \quad x \le 3 \\ 0{,}1, & \text{если} \quad 3 < x \le 4 \\ 0{,}4, & \text{если} \quad 4 < x \le 5 \\ 1, & \text{если} \quad x > 5 \end{cases}$

15. Стандартным (нормированным) законом распределения $N(0;1)$ называется…

а) биномиальный закон распределения со значениями параметров $m=0$ и $n=1$;

б) равномерный закон распределения на отрезке $[0;1]$;

в) показательный закон распределения со значениями параметров $\lambda=0$ и $n=1$;

г) нормальный закон распределения со значениями $M(X)=0$ и $D(X)=1$.

16. При увеличении значения параметра σ^2 график плотности вероятности нормального закона распределения …

а) смещается вдоль оси x вправо;

б) смещается вдоль оси x влево;

в) вытягивается вверх, сжимаясь вдоль оси x;

г) становится более плоским, растягиваясь вдоль оси x.

17. Дискретная случайная величина X имеет биномиальный закон распределения $P\left(X=\frac{3}{7}\right)=C_7^3 \cdot p^3 \cdot 0{,}8^4$. Тогда значение p равно…

а) 0,1; б) 0,2; в) 0,4; г) 0,6.

18. Непрерывная случайная величина X распределена по нормальному закону и ее плотность вероятности имеет вид $f(x)=\frac{1}{3\sqrt{2\pi}}e^{-\frac{(x-6)^2}{18}}$. Тогда дисперсия этой случайной величины X равна…

а) 3; б) 6; в) 9; г) 18.

19. Непрерывная случайная величина X задана функцией распределения вероятностей $F(x)=\begin{cases} 1-e^{-5x}, & \text{при } x \ge 0, \\ 0, & \text{при } x < 0. \end{cases}$

Тогда среднеквадратичное отклонение этой случайной величины равно…

а) 0,2; б) 0,5; в) 2,5; г) 5.

20. Математическое ожидание случайной величины X, распределенной равномерно в интервале $(2;8)$ равно…

а) 2; б) 3; в) 5; г) 8.

21. Случайная величина X имеет нормальный закон распределения с параметрами $a=20, \sigma=2$. Тогда интервал, в котором практически достоверно заключены все ее значения…

а) $(14;26)$; б) $(18;22)$; в) $(10;20)$; г) $(10;40)$.

22. Статистическое распределение выборки имеет вид

x_i	2	4	6	8
n_i	5	8	5	7

Тогда объем выборки равен…

а) 10; б) 20; в) 25; г) 32.

23. Произведено восемь измерений некоторой случайной величины (в мм):

3,3,3,4,5,5,7,7. Тогда медиана данного вариационного ряда равна…

а) 3; б) 4,5; в) 5; г) 8.

24. Медиана вариационного ряда 2,3,3,4,5,6,8 равна…

а) 3; б) 4; в) 4,4; г) 7.

25. Произведено четыре измерения (без систематических ошибок) некоторой случайной величины (в мм): 7,9,10,16. Тогда несмещенная оценка математического ожидания равна…

а) 8; б) 9; в) 9,5; г) 10,5.

26. Несмещенная оценка дисперсии равна 4. Тогда среднее квадратическое отклонение равно…

а) 2; б) 4; в) 16; г) 8.

27. Характеристикой вариативности выборочной совокупности является:

а) выборочное среднее;

б) мода;

в) медиана;

г) выборочное среднее квадратическое отклонение.

28. Коэффициент вариации равен 10%, выборочное среднее составляет 10. Тогда среднее квадратическое отклонение равно…

а) 0,01; б) 1; в) 100; г) 10.

29. Статистическая ошибка выборочной средней составляет 2, а среднее квадратическое отклонение равно 6. Тогда объем выборки равен…

а) 2; б) 3; в) 4; г) 9.

30. Точечная оценка математического ожидания нормального распределения равна 15. Тогда его интервальная оценка может иметь вид…

а) $(12{,}5;17{,}5)$; б) $(14;17)$; в) $(12{,}5;15)$; г) $(15;17{,}5)$.

31. Надежность оценки принято выбирать равной:

а) 0,5; 0,55; 0,9; 0,95;

б) 0,9; 0,95; 0,99; 0,999;

в) 0,8; 0,85; 0,9; 0,95;

г) 0,96; 0,97; 0,98; 0,99.

32. При проверки нулевой гипотезы может быть допущена ошибка. Ошибка второго рода заключается в том, что:

а) отвергается нулевая гипотеза, хотя она на самом деле она верна;

б) принимается нулевая гипотеза, хотя она на самом деле она не верна;

в) отвергается альтернативная гипотеза, хотя она на самом деле она верна;

г) принимается альтернативная гипотеза, хотя на самом деле она не верна.

33. Простой статистический ряд имеет вид: 2; 5; 2; 1; 4. Ранг варианты 5 равен…

а) 4; б) 14; в) 5; г) 25.

34. Критерий *W*-Вилкоксона. Сумма рангов значений исследуемого показателя первой группы $\sum R_1 = 130$, второй - $\sum R_2 = 70$. Тогда эмпирическое значение *W*-критерия Вилкоксона равно…

а) 60; б) 70; в) 130; г) 200.

35. Критерий *t*-Стьюдента. Известно, что

$t_{эмп} = 1{,}980$, $t_{кр} = 2{,}101$ при уровне значимости 0,05, $t_{кр} = 2{,}878$ при уровне значимости 0,01. На основании приведенных данных делается вывод, что…

а) принимается нулевая гипотеза при уровне значимости 0,05;

б) принимается альтернативная гипотеза при уровне значимости 0,05;

в) принимается нулевая гипотеза при уровне значимости 0,01;

г) принимается альтернативная гипотеза при уровне значимости 0,01.

д) принимается альтернативная гипотеза при уровне значимости 0,05 или нулевая гипотеза при уровне значимости 0,01.

36. Коэффициент корреляции принимает значения…

а) $[0;1]$; б) $[-1;1]$; в) $(0;1)$; г) $(-1;1)$.

37. Расчетное значение коэффициента корреляции между случайными величинами X и Y оказалось равным $r = 0$. Это означает, что наблюдается…

а) отсутствие взаимосвязи между случайными величинами X и Y;

б) статистическая линейная зависимость между случайными величинами X и Y;

в) статистическая нелинейная зависимость между случайными величинами X и Y;

г) функциональная зависимость.

38. Выборочное уравнение парной регрессии имеет вид $y = 7 + 2x$. Тогда выборочный коэффициент регрессии равен…

а) $\frac{7}{2}$; б) 7; в) 2; г) $\frac{2}{7}$.

39. Выборочное уравнение регрессии имеет вид $y = 3 - 4x$. Тогда выборочный коэффициент корреляции *может быть* равен…

а) 3,0; б) $-4{,}0$; в) 0,7; г) $-0{,}7$.

40. При построении выборочного уравнения парной регрессии вычислены: выборочный коэффициент корреляции $r = 0{,}65$ и выборочные средние квадратические отклонения $\sigma_x = 2, \sigma_y = 4$. Тогда выборочный коэффициент регрессии X на Y равен…

а) -1,30; б) 5,20; в) 0,325; г) 1,30.

7.2.3. Вопросы к экзамену

1. Случайные величины, их типы и способы описания.
2. Ряд распределения дискретной случайной величины, многоугольник распределения.
3. Числовые характеристики дискретной случайной величины: математическое ожидание, дисперсия, среднее квадратическое отклонение.
4. Интегральная функция распределения непрерывной случайной величины, ее свойства и график.
5. Числовые характеристики непрерывной случайной величины.
6. Дифференциальная функция распределения непрерывной случайной величины, ее свойства.

7. Равномерное распределение, его графическое изображение.
8. Общее нормальное распределение, его графическое распределение.
9. Нормированное (стандартное) нормальное распределение, его графическое распределение.
10. Вероятность попадания нормально распределенной случайной величины в заданный интервал.
11. Правило «трех сигм».
12. Основные понятия математической статистики: генеральная совокупность, выборочная совокупность. Выборочный метод статистических исследований.
13. Понятие выборки. Требования, предъявляемые к выборке. Виды выборок.
14. Формы представления экспериментальных данных: статистический ряд, статистическое распределение выборки, вариационный ряд.
15. Безынтервальный (дискретный) вариационный ряд. Полигон. Кумулята.
16. Группировка статистических данных в виде интервального вариационного ряда. Гистограмма.
17. Характеристики положения выборочной совокупности: выборочное среднее, мода, медиана.
18. Характеристики вариативности выборочной совокупности: дисперсия, среднее квадратическое отклонение.
19. Коэффициент вариации.
20. Статистическая ошибка выборочной средней.
21. Интервальная оценка неизвестного параметра. Задача интервального оценивания, доверительный интервал, доверительная вероятность.
22. Доверительный интервал для оценки генерального среднего случайной величины имеющей нормальное распределение.
23. Понятие статистической гипотезы. Виды статистических гипотез. Общий алгоритм проверки статистической гипотезы.
24. Статистические критерии различий.
25. Параметрические критерии различий: проверка гипотезы о равенстве двух генеральных средних по независимым выборкам.
26. Параметрические критерии различий: проверка гипотезы о равенстве двух средних для связанных совокупностей.
27. Непараметрические критерии различий: проверка гипотезы о равенстве выборочных совокупностей по критерию Вилкоксона.
28. Критерии согласия.
29. Предварительная проверка соответствия нормальному распределению.
30. Регрессия. Задача регрессионного анализа. Уравнение регрессии.
31. Корреляция. Задачи корреляционного анализа.
32. Построение корреляционного поля, определение формы и направленности корреляционной зависимости.
33. Определение тесноты корреляционной связи. Коэффициент

корреляции Браве-Пирсона.

34. Коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Критерии оценки знаний обучающихся на экзамене:

«отлично» выставляется студенту, показавшему всесторонние, систематизированные, глубокие знания материала учебной дисциплины и умение уверенно применять их на практике при решении конкретных задач, свободное и правильное обоснование принятых решений (тестовое задание выполнено на 91-100%);

«хорошо» выставляется студенту, если он хорошо знает материал учебной дисциплины, умеет применять полученные знания на практике, но допускает недочеты или ошибки при решении задачи (тестовое задание выполнено на 81-90%);

«удовлетворительно» выставляется студенту, показавшему фрагментарный, разрозненный характер знаний материала учебной дисциплины, недостаточно правильное понимание основных понятий курса, но при этом может применять имеющиеся знания по образцу в стандартной ситуации (тестовое задание выполнено на 70-80%);

«неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает большей части основного материала учебной дисциплины, не умеет использовать имеющиеся знания при решении типовых практических задач (тестовое задание выполнено менее чем на 70%).

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Рекомендуемая литература (основная):

1. Основы математической статистики: Учебное пособие для ин-тов физической культуры / Под ред. В.С.Иванова. – М.: Физкультура и спорт, 1996. – 176 с.

2. Гусева, Е. Н. Теория вероятностей и математическая статистика : учебное пособие : [16+] / Е. Н. Гусева. – 7-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2021. – 220 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83543 (дата обращения: 19.05.2026). – ISBN 978-5-9765-1192-7. – Текст : электронный.

3. Шмелёв, П. А. Элементы теории вероятностей и математической статистики : учебное пособие / Г. А. Шмелёва, А. Н. Фураев; П. А. Шмелёв .— Малаховка : МГАФК, 2014 .— 191 с. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/773030 (дата обращения: 19.05.2026)

Рекомендуемая литература (дополнительная):

1. Костенко, Е.Г. Математика и математическая статистика : учеб. пособие / Куб. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма; Е.Г. Костенко .— Краснодар : КГУФКСТ, 2020 .— 151 с. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/814167 (дата обращения: 19.05.2026)

2. Алексеева, И.В. Математическая статистика в физической культуре и спорте / И.В. Алексеева .— Великие Луки : Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2020 .— 106 с. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/775919 (дата обращения: 19.05.2026)

3. Колданов, А. П. Теория вероятностей и математическая статистика : учебник : [16+] / А. П. Колданов, П. А. Колданов. – Москва : Издательский дом Высшей школы экономики, 2023. – 249 с. – (Учебники Высшей школы экономики). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=708119 (дата обращения: 19.05.2026). – Библиогр.: с. 239. – ISBN 978-5-7598-2544-9 (в пер.). – ISBN 978-5-7598-2829-7 (e-book). – DOI 10.17323/978-5-7598-2544-9. – Текст : электронный.

4. Завьялов, О. Г. Теория вероятностей и математическая статистика с применением Excel и Maxima : учебное пособие / О. Г. Завьялов, Ю. В. Подповетная ; Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации. – Москва : Прометей, 2018. – 290 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494942 (дата обращения: 19.05.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-907003-44-6. – Текст : электронный.

5. Канарейкин, А. И. Теория вероятностей и математическая статистика : учебник : [16+] / А. И. Канарейкин. – Москва ; Вологда : Инфра-Инженерия, 2024. – 136 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=727150 (дата обращения: 19.05.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9729-1976-5. – Текст : электронный.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

Интернет-источники:

1. http://sportfiction.ru/books/ - спортивная электронная библиотека, которая содержит электронные версии книг, периодических изданий, популярные и научные статьи.
2. Общероссийская общественная организация «Российская ассоциация по спортивной медицине и реабилитации больных и инвалидов» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: https://sportmed.ru
3. Физкультура и спорт (журнал)[Электронный ресурс]:[официальный сайт].- Режим доступа: http://www.fismag.ru
4. Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта[Электронный ресурс].- Режим доступа: http://lesgaft-notes.spb.ru/ru
5. Теория и практика физической культуры[Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.teoriya.ru/ru

Электронные библиотеки

1. Электронно-библиотечная система «Национальный цифровой ресурс Руконт». – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/

2. http://www.elibrary.ru - eLIBRARY.RU (Научная электронная библиотека) - крупнейший российский информационно-аналитический портал.

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Основной формой занятий по изучению дисциплины является:

- прослушивание лекционного курса по дисциплине;
- на практических занятиях решение типовых задач с интерпретацией полученных результатов;
- самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой (включая конспект лекций) по изучаемому курсу, выполнение заданий для самостоятельной работы.

Успешное усвоение дисциплины студентами предполагает обязательную подготовку к каждому виду занятий. Для эффективного усвоения материала дисциплины, при изучении теоретической части курса, студенту необходимо составлять подробный конспект основных вопросов рассматриваемых тем. Подготовка к практическим занятиям должна включать в себя проработку теоретического материала с использованием материала лекций, учебных пособий, учебников, выполнение домашних заданий. Системное изучение материала дисциплины обеспечивает его надежное закрепление в памяти и способствует более быстрой подготовки к экзамену.

Студентам необходимо обратить внимание на усвоение основных понятий математической статистики, терминов, закономерностей и т.д. Их непонимание серьезно усложнит все освоение курса, построенного по принципу преемственности тем, разделов.

Для успешной сдачи экзамена по изучаемой дисциплине студент должен не только хорошо владеть теоретическим материалом, но и обладать основными практическими навыками:

- составления ряда распределения дискретной случайной величины;
- группировки и графического представления экспериментальных данных;
- оценивания параметров генеральной совокупности;
- осуществлять подбор статистического критерия и проверку гипотез о виде распределения и равенстве средних;
- устанавливать силу и характер корреляционной зависимости и производить проверку значимости коэффициента корреляции.

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины

№	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Ауд. 80	Укомплектованы

	учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов - 10; для преподавателя - 1. Мультимедийная доска - 1. Перечень технических средств обучения: рабочие станции 2 шт, принтер. Комплекты раздаточных материалов и библиотечный фонд кафедры: «Математика», «Математические методы в ФКиС», «Физика», «Информационные технологии», «Информатика».
2.	Ауд. 83 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	30 посадочных мест: для студентов - 30; для преподавателя - 1. рабочие станции – 1 шт, Проектор, экран, учебная доска для мела.
3.	Ауд. 84 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	30 посадочных мест: для студентов - 18; для преподавателя - 1.
4.	Ауд.№ 88 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов -30; для преподавателя -2. Учеб.доска для мела - 2. Перечень технических средств обучения: рабочие станции - 32 шт, проектор, экран.
5.	Аудитория № Д1 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов -14; для преподавателя -1. Учеб.доска для мела - 1.

		Перечень технических средств обучения: рабочие станции 15 шт, принтер.
6.	Читальный зал библиотеки учебного корпуса №1, пр.Гагарина21	28 посадочных мест, рабочие станции – 10 штук, принтер, ксерокс, телевизор

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО

8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано:

Ответственная за ОПОП Васильева З.В.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра МЕНЕДЖМЕНТА И ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНЫХ ДИСЦИПЛИН

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«13» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующая кафедрой Е.В. Алпацкая

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«14» 05 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
МАРКЕТИНГ РЕКРЕАЦИИ И ТУРИЗМА

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 4,5
Семестр – 8,9
Итоговая форма контроля – экзамен (9 семестр)

Рабочую программу разработали:
Кирсанова О.Г., к.э.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА 3
1.1 Выписка из ФГОС 3++ 3
1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины 3
2. Результаты обучения дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ООП 7
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 7
5. Содержание дисциплины 7
5.1 Количество часов по видам занятий 7
5.2.Содержание дисциплины по видам занятий 8
5.2.1. Содержание лекционных занятий 8
5.2.2. Содержание практических занятий 9
6. Самостоятельная работа студентов 12
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 15
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 15
7.2 Типовые контрольные задания 18
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 18
7.2.2 Вопросы к зачету и экзамену 18
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины 22
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимой для освоения дисциплины 23
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 23
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 23

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Выписка из ФГОС 3++

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведенных на занятия лекционного типа в целом по блоку 1 дисциплины «Маркетинг рекреации и туризма» составляет не более 50% от общего количества часов аудиторных занятий, отведенных на реализацию данного блока

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Маркетинг рекреации и туризма» реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока 1 учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного

образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм.

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Маркетинг рекреации и туризма» состоит из следующих тем:

1. Маркетинг как инструмент развития туристского сервиса в современных социально-экономических условиях

2. Маркетинговые исследования в сфере туризма

Учебный процесс по дисциплине «Маркетинг рекреации и туризма» реализуется на аудиторных занятиях в форме лекций и семинарских занятий, а также в виде самостоятельной работы, в которую входит изучение рекомендованной преподавателем основной и дополнительной литературы, выполнение практических заданий, выносимых на самостоятельное изучение.

2. Результаты обучения дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1 – способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач;

ПК-9 – способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с целью успешной реализации рекреационно-оздоровительного, спортивного, туристского и фитнес продукта.

Изучение дисциплины направлено на приобретение обучающимся знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать: - нормативные правовые акты в области физической культуры и спорта в части регулирования и развития вида спорта; - основы экономики, организации труда и управления; - основы работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой, браузерами; - этические нормы в области спорта; - основы маркетинга, в том числе маркетинга отношений с общественностью и государственными органами; - методы убеждения, аргументации своей позиции **Уметь:** - использовать информационно-коммуникационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, браузеры; - определять объем и достаточность персонала и материальных ресурсов для	ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» Трудовые функции: В «Руководство планированием, аналитической и методической деятельностью в области физической культуры и спорта» (В/02.6 Руководство методическим и информационным обеспечением	УК-1 ПК-9

В результате обучения дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
организации методической и информационной поддержки; - координировать и контролировать работу работников, связанную с осуществлением методической и информационной поддержки деятельности физкультурно-спортивной организации; - выполнять анализ планов работ, связанных с осуществлением методического и информационного сопровождения; - выполнять анализ существующих и готовящихся к изданию методических пособий с целью определения их актуальности, практической значимости для совершенствования деятельности физкультурно-спортивной организации по специализированным направлениям; -планировать, координировать и контролировать работу подчиненных работников; - организовывать взаимодействие и информационный обмен с физическими лицами и организациями, составляющими окружение проекта; - определять возможности по привлечению заинтересованных сторон (физических лиц и организаций, в том числе органов власти) для реализации проекта; - разрабатывать формы отчетности или иные формы подачи информации с учетом мотивов и интересов адресата; - использовать информационно-коммуникационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, браузеры, специализированное программное обеспечение управления проектами **Иметь опыт:** - утверждения направлений методической и информационной работы, тематик методических пособий; - взаимодействия с подразделениями физкультурно-спортивной организации с целью оказания информационной поддержки и консультативной помощи по вопросам методического, кадрового, финансового обеспечения деятельности; - обеспечения проведения обучающих мероприятий, семинаров, конференций для	деятельности физкультурно-спортивной организации) G «Стратегическое руководство деятельностью по сопровождению развития физической культуры и спорта» (G/03.7 Управление заинтересованными сторонами и обменом информацией при реализации организационного, ресурсного, методического, информационного, научного сопровождения развития физической культуры и спорта)	

В результате обучения дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
работников физкультурно-спортивной организации по специализированным направлениям; - формирования рабочих групп для выполнения образовательных и консультационных проектов в интересах совершенствования физкультурно-спортивной деятельности; - проведение рабочих встреч (совещаний) и мероприятий, связанных с осуществлением методической и информационной работы; - определения наиболее эффективных способов осуществления методической и информационной работы, доведения ее до всех структурных подразделений физкультурно-спортивной организации; - определения заинтересованных сторон (физических лиц и организаций, в том числе органов власти), с которыми взаимодействие целесообразно реализации конкретного направления деятельности, проекта или программы в области развития физической культуры и спорта; - выявления мотивов и информационных потребностей заинтересованных сторон; - определения форм подачи информации для заинтересованных сторон (публичные отчеты, декларации, пресс-релизы и тому подобное); - определения работников, участников команды проекта, ответственных за предоставление информации для заинтересованных сторон; - личного общения с физическими лицами – представителями заинтересованных сторон; - разрешения конфликтных ситуаций при взаимодействии с физическими лицами – представителями заинтересованных сторон; - проведения рабочих встреч, совещаний, связанных с организацией взаимодействия с заинтересованными сторонами; - определения наиболее эффективных способов вовлечения и использования ресурсов и возможностей заинтересованных сторон		

3. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Маркетинг рекреации и туризма» относится к числу обязательных дисциплин части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана основной образовательной программы (Б1.В.01). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4,5 курсе по заочной форме обучения.

Итоговая форма контроля: экзамен. Для ее успешного освоения обучающийся должен владеть основами знаний, полученными в результате изучения дисциплин Б1.О.16 «Основы туристско-краеведческой деятельности», Б1.О.23 «Экономика рекреации и туризма», Б1.О.31 «Организация и проведение туристско-спортивных мероприятий», Б1.В.05 «Инновации в рекреации и туризме», Б1.В.02 «Интернет-технологии».

Дисциплина «Маркетинг рекреации и туризма» является предшествующей для научно-исследовательской работы и прохождения преддипломной практики.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Маркетинг рекреации и туризма» имеет трудоемкость, равную 3 зачетным единицам (108 часов).

Распределение часов по видам учебной работы

Виды занятий		Распределение часов по курсам и семестрам		Итого
		4 курс	5 курс	
		8 семестр	9 семестр	
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**6**	**10**	**16**
Лекции		2	4	8
Семинарские занятия		4	6	8
Промежуточная аттестация (экзамен)		-	9	9
Самостоятельная работа		30	53	83
Общая трудоемкость	**часы**	**36**	**72**	**108**
	ЗЕ	**1**	**2**	**3**

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	**Виды учебных работ**			
	Всего часов	Лекции	Семинары	Самостоятельная работа
8 семестр				
1. Маркетинг как инструмент развития туристского сервиса в современных социально-экономических условиях	36	2/2*	4/4*	30
9 семестр				
2. Маркетинговые исследования в сфере туризма	63	4/4*	6/6*	53
Итоговая аттестация: экзамен	9	-	-	-

Разделы, модули, темы	Виды учебных работ			
	Всего часов	Лекции	Семинары	Самостоятельная работа
ИТОГО	**108**	**6**	**10**	**83**

Примечание: * - лекционные и групповые занятия, проводимые в интерактивных формах.

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий

8 семестр

Лекция № 1. Маркетинг как инструмент развития туристского сервиса в современных социально-экономических условиях (2 часа)

План:

1. Сущность, содержание, основные понятия маркетинга в туризме
2. Концепции маркетинга в туризме
3. Содержание и направление маркетинговых исследований

Краткое содержание:

Маркетинг (от лат. «market» - рынок) – деятельность на рынке, управление рынком, для того чтобы понять необходимость применения маркетингового подхода в деятельности туристского предприятия, коротко рассмотрены основные этапы исторического развития маркетинга.

В условиях ограниченной платежеспособности, когда низкий уровень доходов не позволяет потребителям оплачивать дорогостоящие услуги. Современная концепция маркетинга представляет собой явление, обладающие Спрос на туристский продукт, обеспеченный денежными средствами, отражает уровень экономического и социального развития страны.

Изучение данной темы направлено на приобретение знаний сущности, содержания, основных понятий маркетинга в туризме; умений применять концепции маркетинга в туризме; навыков владения современными технологиями проведения маркетинговых исследований в туристской деятельности; формирование компетенций УК-1, ПК-9.

9 семестр

Лекция № 2. Маркетинговые исследования в сфере туризма (4 часа)

План:

1. Маркетинговое исследование среды туристского предприятия
2. Маркетинговые исследования туристского рынка
3. Маркетинговые исследования туристского продукта
4. Маркетинговые исследования конкурентов
5. Маркетинговые исследования потребителей

Краткое содержание:

Маркетинговые исследования – это систематический сбор, регистрация и анализ данных о проблемах, связанных с маркетингом туристских услуг, с целью снижения информационной неопределенности и коммерческого риска.

Главная цель маркетинговых исследований – уменьшение неопределенности и риска при принятии коммерческих решений.

Задачей маркетингового исследования является всесторонний анализ внутренней и внешней среды туристского предприятия и подготовка на этой основе информации, необходимой для принятия решений, касающихся производственно-сбытовой деятельности.

Изучение данной темы направлено на приобретение знаний сущности, содержания и порядка проведения маркетинговых исследований в туризме; умений разрабатывать различные программы исследования маркетинговых аспектов туристской деятельности; навыков владения современными технологиями проведения маркетинговых исследований в туристской деятельности; формирование компетенций УК-1, ПК-9.

5.2.2. Содержание практических занятий

8 семестр

Семинар № 1. Маркетинг как инструмент развития туристского сервиса в современных социально-экономических условиях (4 часа)

Вопросы:

1. Сущность, содержание, основные понятия маркетинга в туризме
2. Концепции маркетинга в туризме
3. Содержание и направление маркетинговых исследований

Практические задания:

1. Основная цель маркетинга – максимальное удовлетворение потребностей клиентов. На примере нескольких предприятий индустрии гостеприимства города Смоленск проанализируйте их деятельность и определите степень достижения ими этой цели.

2. Руководство одной из гостиниц, расположенной на популярном горнолыжном курорте, обратило внимание на общий спад количества туристов и на уменьшение среднего времени их пребывания в гостинице в последние три года. При этом туристский бизнес на курорте находился на подъеме. Было принято решение провести специальное исследование и определить отношение клиентов к качеству обслуживания в гостинице. Не желая причинять неудобств гостям, администрация решила действовать следующим образом: в каждый номер планировалось доставить объявление, извещающее проживающих о цели, времени и месте пребывания. Желающие участвовать в опросе должны были проследовать в холлы гостиницы, где планировалось установить специальные столы.

Постановка задачи:

Каким образом формировалась выборка? Оцените действия администрации. Предложите альтернативные варианты получения необходимой информации.

3. Вы – руководитель службы маркетинга гостиницы, и вас волнуют проблемы внедрения новых услуг, совершенствования ценовой политики и повышения

эффективности рекламы.

Постановка задачи:

Сформулируйте конкретные задачи для своих сотрудников, проводящих маркетинговые исследования. Объясните, почему определение целей и постановка задач часто считаются самыми ответственными решениями в процессе маркетинговых исследований.

4. Разработайте самостоятельно анкету для сбора первичной информации о туристских потоках, их объеме и структуре. Обоснуйте целесообразность включения предложенных вами вопросов в анкету.

Изучение темы направлено на приобретение знаний сущности, содержания, основных понятий маркетинга в туризме; умений применять концепции маркетинга в туризме; навыков владения современными технологиями проведения маркетинговых исследований в туристской деятельности; формирование компетенций УК-1, ПК-9.

Литература:

1. Маркетинг туризма: учебное пособие / И.В. Гончарова, Т.П. Розанова, М.А. Морозов, Н.С. Морозова. — М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 224 с.
2. Белова, В.П. Маркетинг туризма / В.П. Белова. – М.: ГАОУ ВПО МГИИТ имени Ю.А. Сенкевича, 2012. – 52 с. — URL: https://rucont.ru/efd/197301
3. Юмашева, И.А. Маркетинг туризма: учебно-методическое пособие / И.А. Юмашева. – М.: Директ-Медиа, 2020. – 210 с. – URL: https://rucont.ru/efd/798734

9 семестр

Семинар № 2. Маркетинговые исследования в сфере туризма (6 часов)

2.1 Маркетинговое исследование среды туристского предприятия (2 часа)

Практическое задание:

На примере туристской организации города определите ее сильные и слабые стороны, возможности и угрозы согласно указанным ниже характеристикам, оценив каждую по 5-бальной шкале, где 0 – отсутствие характеристики, 5 – полная степень ее проявления.

Сильные и слабые стороны: свойства товара (эффективность решения проблем клиента; качество; функциональные характеристики продукта; уровень сервиса и пост продажного обслуживания; другие параметры товара); имидж бренда (образы, сформировавшиеся мнения и имидж, улучшающие восприятие товара; образы, сформировавшиеся мнения и имидж, ухудшающие восприятие товара, восприятие товара); цена (гибкость в отношении ценовой политики; способность устанавливать более высокие цены; чувствительность целевой аудитории к росту цен; эффективное ценообразование; другие параметры цены); персонал (квалификация персонала; количество персонала; производительность персонала; мотивация и вовлеченность персонала; другие параметры качества персонала).

Возможности: новые рынки или сегменты сбыта; рост емкости рынка; возможные вариации тура; новые потребители на текущих рынках; охват новых потребностей текущих потребителей; частота покупки (как заставит покупать чаще?); объем покупки (Как заставит покупать больше?); варианты более дешевого производства и распределения товара; варианты более дешевого и целевого продвижения продукта; варианты более

быстрого и легкого доступа к целевой аудитории; улучшение экономического и политического климата; уход крупных игроков.

Угрозы: какие изменения аудитории могут привести к отказу от покупки (изменение стиля жизни; изменение предпочтений; изменение уровня дохода аудитории; изменение поведения при выборе продукта; изменение требований к продукту); какие изменения внешней среды могут привести к снижению спроса на продукт (изменения правового регулирования; ухудшение экономического положения в стране и регионе; рост затрат и стоимости услуг); ужесточение конкуренции (вход крупных игроков; появление более дешевых аналогов; утрата преимущества продукта).

На основании выявленных характеристик заполните матрицу SWOT-анализа, сделайте вывод:

1. Каким образом за счет сильных сторон можно максимально эффективно использовать возможности и устранить угрозы.
2. Каким образом возможности позволять преодолеть слабости организации.
3. Какие угрозы нельзя преодолеть, ввиду слабых сторон организации.

2.2 Маркетинговые исследования потребителей (2 часа)

Вопросы:

1. Объясните, почему потребителя называют основной загадкой современного маркетинга.
2. В чем проявляется влияние на потребителей экономических и культурных факторов? Приведите подтверждающие примеры из практики гостиничного и ресторанного бизнеса.
3. Как влияют на поведение потребителей их роли и статусы?
4. В каких случаях члены семьи могут оказать существенное влияние на выбор ресторана или другого заведения общественного питания?
5. Почему детальное исследование процесса принятия решения о покупке помогает предприятиям разработать более эффективные маркетинговые программы для завоевания и удержания потребителей?
6. Какие обстоятельства могут повлиять на принятие окончательного решения о покупке?
7. Каким образом предприятие индустрии гостеприимства может уменьшить ощущение риска, вызываемое у потребителей потенциальной покупкой?
8. Каким образом можно уменьшить у потребителей чувство осознанного диссонанса?

Практические задания:

1. Используйте модель процесса покупки для обсуждения вымышленной или реальной ситуации выбора гостиницы для размещения вовремя пребывания на курорте.

2. Вы приглашаете своего друга (подругу) в ресторан и колеблетесь в выборе между пятью хорошо известными вам ресторанами одной ценовой категории. После короткого размышления сделайте свой выбор интуитивно и запишите его.

3. Вы встречаете своего клиента по прибытии его после путешествия и отвозите домой. У Вас есть порядка 20 минут в дороге, в течение которых у Вас есть возможность провести опрос. Вам необходимо разработать анкету, с помощью который Вы выявите, насколько клиент удовлетворен поездкой. Анкета не может содержать более 10 вопросов.

2.3 Разработка политики маркетинга в туристской деятельности (2 часа)

Постановка задачи:

Вы являетесь специалистом по маркетингу небольшого туристского предприятия (вид деятельности выбирается самостоятельно), которое только выходит на рынок. Ваша задача – разработать маркетинговый план предприятия на год.

1. Опишите предприятие: название, вид деятельности.
2. Проанализируйте внешнюю среду: конкурентное окружение, рыночную ситуацию.
3. Определите целевой рынок, выделите приоритетные направления деятельности.
4. Опишите конкурентные преимущества и сформулируйте позиционирование Вашей организации.
5. Поставьте цели, которые необходимо достичь.
6. Определите задачи, решение которых приведет к достижению целей.
7. Выберите маркетинговую стратегию.
8. Подберите инструменты: товарную, ценовую, сбытовую и коммуникационную политики.
9. Составьте программу конкретных мероприятий, реализующих Ваш маркетинговый план.
10. Определите метод расчета бюджета маркетинга. Аргументируйте свой выбор.
11. Определите критерии эффективности.

Полученные результаты оформите в виде презентации.

Изучение данной темы направлено на приобретение знаний сущности, содержания и порядка проведения маркетинговых исследований в туризме; умений разрабатывать различные программы исследования маркетинговых аспектов туристской деятельности; навыков владения современными технологиями проведения маркетинговых исследований в туристской деятельности; формирование компетенций УК-1, ПК-9.

Литература:

1. Маркетинг туризма: учебное пособие / И.В. Гончарова, Т.П. Розанова, М.А. Морозов, Н.С. Морозова. — М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 224 с.
2. Белова, В.П. Маркетинг туризма / В.П. Белова. – М.: ГАОУ ВПО МГИИТ имени Ю.А. Сенкевича, 2012. – 52 с. — URL: https://rucont.ru/efd/197301
3. Юмашева, И.А. Маркетинг туризма: учебно-методическое пособие / И.А. Юмашева. – М.: Директ-Медиа, 2020. – 210 с. – URL: https://rucont.ru/efd/798734

6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Содержание работы. Наименование темы	Количество часов	Виды контроля
1.	Маркетинг как инструмент развития туристского сервиса в современных социально-экономических условиях	30	-
1.1	Сущность, содержание и основные понятия маркетинга в туризме	8	Устный опрос, дискуссия
1.2	Концепции маркетинга в туризме	7	Устный опрос, дискуссия
1.3	Содержание и направления маркетинговых исследований	15	Проверка выполненного практического задания, устный опрос
2.	Маркетинговые исследования в сфере туризма	53	-

№ п/п	Содержание работы. Наименование темы	Количество часов	Виды контроля
2.1	Маркетинговое исследование среды туристского предприятия	8	Выступление с презентацией
2.2	Маркетинговые исследования туристского рынка	10	Выступление с презентацией
2.3	Маркетинговые исследования туристского продукта	8	Выступление с презентацией
2.4	Маркетинговые исследования конкурентов	8	Выступление с презентацией
2.5	Маркетинговые исследования потребителей	8	Выступление с презентацией
2.6	Разработка плана маркетинга в туристской деятельности	11	Выступление с презентацией

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дополнительные вопросы дисциплины, выносимые на самостоятельное изучение:

1. Определите осязаемый и неосязаемый аспекты туристских услуг.
2. Основные особенности туристской услуги, по которым ее отличают от товара.
3. Критерии, которыми руководствуются потребители при выборе авиакомпаний для туристских поездок.
4. Отличие маркетинга услуг от маркетинга товаров.
5. Определите, каким образом маркетинговые стратегии могут создать конкурентные преимущества.
6. Внутренняя среда туристского предприятия и определяющие ее факторы.
7. Поясните, как воздействует внутренняя среда на прибыльную работу туристского предприятия.
8. Факторы, с помощью которых можно сгладить сезонный характер туристской сферы деятельности.
9. Изложите методологию сравнительного анализа двух предприятий сферы туризма, являющихся конкурентами, на основе маркетингового исследования.
10. Назовите виды маркетинговых стратегий в сфере туризма. Охарактеризуйте их
11. Внешние факторы, которые оказывают наибольшее влияние на установление цены на предприятии сферы социально-культурного сервиса и туризма.
12. Основные категории туристского маркетинга с социально-экономической точки зрения.
13. Понятия «обмен» и «сделка» в туристском маркетинге.
14. Рынок туристских услуг как экономическая категория.
15. Цели маркетинга как часть деятельности тур компании.
16. Экономика, технология и спрос – как факторы завоевания туристского рынка.
17. Особенность маркетинговой деятельности на рынке услуг.
18. Определение и характер спроса и предложения на туристском рынке.
19. Этапы эволюции маркетинга.
20. Причины зарождения маркетинга в туристском бизнесе.
21. Классификация видов туристского продукта.
22. Смысл и назначение комплексного маркетингового исследования.
23. Особенности стандартного комплексного маркетингового исследования.
24. Этапы осуществления маркетингового исследования в сфере туризма.
25. Методы маркетинговых исследований, их достоинства и недостатки.

26. Содержание бенчмаркетинга как одного из инструментов маркетинга.
27. Критерии, по которым осуществляется ранжирование рынков в сфере туризма.

Список основной и дополнительной литературы по темам, изучаемым самостоятельно

Основная литература:

1. Маркетинг туризма: учебное пособие / И.В. Гончарова, Т.П. Розанова, М.А. Морозов, Н.С. Морозова. — М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 224 с.
2. Белова, В.П. Маркетинг туризма / В.П. Белова. – М.: ГАОУ ВПО МГИИТ имени Ю.А. Сенкевича, 2012. – 52 с. — URL: https://rucont.ru/efd/197301
3. Юмашева, И.А. Маркетинг туризма: учебно-методическое пособие / И.А. Юмашева. – М.: Директ-Медиа, 2020. – 210 с. – URL: https://rucont.ru/efd/798734

Дополнительная литература:

1. Муртузалиев, Т.В. Маркетинг услуг гостеприимства и туризма: учебно-практическое пособие / Т.П. Розанова, Э.В. Тарасенко; Т.В. Муртузалиев. – М.: ИТК «Дашков и К», 2017. – 166 с.: ил. – URL: https://lib.rucont.ru/efd/689030
2. Шлафман, А.И. Условия обеспечения конкурентоспособности предприятий сферы рекреации и туризма / А.И. Шлафман, А.В. Грибанов // Мир экономики и права. 2015. №10. С. 33 - 37. – URL: https://lib.rucont.ru/efd/406334
3. Шнайдерман, А. Партизанский маркетинг в туризме / А. Шнайдерман. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014. – 211 с. – URL: https://lib.rucont.ru/efd/300771
4. Ветитнев, А.М. Интернет-маркетинг санаторно-курортных услуг: учебно-методическое пособие/ Ветитнев А.М., Ашкинадзе Я.А. – М.: Финансы и статистика, 2014. – 160 с. – URL: http://www.iprbookshop.ru/18806
5. Розанова, Т.П. Маркетинг услуг гостеприимства в туризме: учебное пособие / Т.П. Розанова. – М.: Руконт, 2012. – 356.
6. Белова, В.П. Менеджмент и маркетинг в туризме: учебное пособие. Ч. 1 / В.П. Белова. – М.: МГИИТ имени Ю.А. Сенкевича, 2013. – 189 с.
7. Белова, В.П. Менеджмент и маркетинг в туризме: учебное пособие. Ч. 2 / В.П. Белова. – М.: МГИИТ имени Ю.А. Сенкевича, 2013. – 178 с.
8. Туризм и рекреация на пути устойчивого развития: отечественные и зарубежные исследования: монография/ Е.С. Агеева [и др.]. – М.: Советский спорт, 2008. – 430 с. – URL: http://www.iprbookshop.ru/40792
9. Доступный, социальный и массовый туризм. Проблемы и перспективы развития в России [Электронный ресурс]: монография / В.Г. Пугиев [и др.]. – М.: Российская международная академия туризма, Университетская книга, 2016. – 504 с. – URL: http://www.iprbookshop.ru/51860
10. Маркетинг гостиничных услуг: учебное пособие / М. Турковский. – М.: Руконт, 2012. – 147 с.
11. Романов, В.А. Основы индустрии гостеприимства: учебное пособие / А.В. Романов, Д.А. Осипов, Д.И. Елканова, Е.В. Сорокина. Гл. 3. – М.: Руконт, 2015. – 265 с.

Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины:

1. Электронный архив открытого доступа: http://dspace.bsu.edu.ru/
2. Научная электронная библиотека: http://elibrary.ru/defaultx.asp
3. Университетская информационная система РОССИЯ: http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
4. http://studentlibrary.ru
5. http://biblioclub.ru

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-1 ПК-9	ПС «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта» Трудовые функции: B «Руководство планированием, аналитической и методической деятельностью в области физической культуры и спорта» (B/02.6 Руководство методическим и информационным обеспечением деятельности физкультурно-спортивной организации) G «Стратегическое руководство деятельностью по сопровождению развития физической культуры и спорта» (G/03.7 Управление заинтересованными сторонами и обменом информацией при реализации организационного, ресурсного, методического, информационного, научного сопровождения развития физической культуры и спорта)	**Знает (пороговый уровень):** - нормативные правовые акты в области физической культуры и спорта в части регулирования и развития вида спорта; - основы экономики, организации труда и управления; - основы работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой, браузерами; - этические нормы в области спорта; - основы маркетинга, в том числе маркетинга отношений с общественностью и государственными органами; - методы убеждения, аргументации своей позиции **Умеет (стандартный уровень):** - использовать информационно-коммуникационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, браузеры; - определять объем и достаточность персонала и материальных ресурсов для организации методической и информационной поддержки; - координировать и контролировать работу работников, связанную с осуществлением методической и информационной поддержки деятельности физкультурно-спортивной организации; - выполнять анализ планов работ, связанных с осуществлением методического и информационного сопровождения; - выполнять анализ существующих и готовящихся к изданию методических пособий с целью определения их актуальности, практической значимости для совершенствования деятельности физкультурно-спортивной организации по специализированным направлениям; -планировать, координировать и контролировать работу подчиненных работников; - организовывать взаимодействие и информационный обмен с физическими лицами и организациями, составляющими окружение

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
		проекта; - определять возможности по привлечению заинтересованных сторон (физических лиц и организаций, в том числе органов власти) для реализации проекта; - разрабатывать формы отчетности или иные формы подачи информации с учетом мотивов и интересов адресата; - использовать информационно-коммуникационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, браузеры, специализированное программное обеспечение управления проектами **Имеет опыт (продвинутый уровень):** - утверждения направлений методической и информационной работы, тематик методических пособий; - взаимодействия с подразделениями физкультурно-спортивной организации с целью оказания информационной поддержки и консультативной помощи по вопросам методического, кадрового, финансового обеспечения деятельности; - обеспечения проведения обучающих мероприятий, семинаров, конференций для работников физкультурно-спортивной организации по специализированным направлениям; - формирования рабочих групп для выполнения образовательных и консультационных проектов в интересах совершенствования физкультурно-спортивной деятельности; - проведения рабочих встреч (совещаний) и мероприятий, связанных с осуществлением методической и информационной работы; - определения наиболее эффективных способов осуществления методической и информационной работы, доведения ее до всех структурных подразделений физкультурно-спортивной организации; - определения заинтересованных сторон (физических лиц и организаций, в том числе органов власти), с которыми взаимодействие целесообразно реализации конкретного направления деятельности, проекта или программы в области развития физической культуры и спорта; - выявления мотивов и информационных потребностей

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
		заинтересованных сторон; - определения форм подачи информации для заинтересованных сторон (публичные отчеты, декларации, пресс-релизы и тому подобное); - определения работников, участников команды проекта, ответственных за предоставление информации для заинтересованных сторон; - личного общения с физическими лицами – представителями заинтересованных сторон; - разрешения конфликтных ситуаций при взаимодействии с физическими лицами – представителями заинтересованных сторон; - проведения рабочих встреч, совещаний, связанных с организацией взаимодействия с заинтересованными сторонами; - определения наиболее эффективных способов вовлечения и использования ресурсов и возможностей заинтересованных сторон

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

• ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль:

- фронтальный опрос обучающихся;
- представление докладов и подготовка презентаций;
- участие в дискуссиях;
- выполнение тестовых заданий

Итоговый контроль:

- экзамен (9 семестр).

7.2.2 Вопросы к зачету и экзамену

Примерный перечень вопросов к экзамену (8 семестр)

1. Понятие, сущность и принципы маркетинга
2. Специфика маркетинга услуг
3. Сущность и содержание маркетинга в туризме
4. Развитие теории и практики маркетинга
5. Уровни и координация маркетинга в туризме
6. Маркетинг туризма на национальном уровне
7. Туристское предприятие – основное звено реализации концепции маркетинга
8. Современные тенденции развития маркетинга тур предприятий
9. Основные условия применения и принципы маркетинга в туризме
10. Технология реализации концепции маркетинга в туристской организации
11. Развитие теории и практики маркетинга
12. Структура туристического рынка
13. Оценка конъюнктуры рынка
14. Емкость туристического рынка
15. Макросреда туристической фирмы
16. Микросреда туристической фирмы
17. Структура туристского рынка
18. Определение емкости рынка
19. Структура туристского продукта
20. Позиционирование туристского продукта
21. Жизненный цикл туристского продукта
22. Ориентация на потребителя – основной принцип маркетинга
23. Факторы, оказывающие влияние на потребителей туристских услуг
24. Мотивы поведения потребителей.
25. Характеристика процесса принятия решения о приобретении туристских услуг
26. Сегментация как средство выбора наиболее перспективного целевого рынка
27. Признаки сегментации и основные сегменты туристского рынка
28. Выбор целевого рынка
29. Понятие «международный маркетинг в туризме»
30. Специфика международного маркетинга в России для организаций туристской отрасли
31. Элементы комплекса международного маркетинга
32. Концепции международного маркетингового исследования

Критерии оценки знаний студентов на экзамене

«Отлично» выставляется студенту, который прочно усвоил предусмотренный программный материал; правильно, аргументировано ответил на все вопросы, с приведением примеров; показал глубокие систематизированные знания, владеет приемами рассуждения и сопоставляет материал из разных источников.

«Хорошо» выставляется студенту, который усвоил предусмотренный программный материал; правильно, аргументировано ответил на все вопросы, с приведением примеров; продемонстрировал достаточные знания по дисциплине; допустил незначительные неточности при ответе на дополнительные вопросы и вопросы экзаменационного билета.

«Удовлетворительно» выставляется студенту, который недостаточно усвоил предусмотренный рабочей программой дисциплины материал; допустил ошибки при ответе на поставленные вопросы, затруднился с приведением практических примеров; затрудняется использовать источники при подготовке к ответам.

«Неудовлетворительно» выставляется студенту, который не справился с 50% вопросов билета, в ответах на другие вопросы допустил существенные ошибки; не может ответить на дополнительные вопросы преподавателя.

Примерные тестовые задания по дисциплине

1. Маркетинговое исследование – это:

a. глубокое изучение теории и практики маркетинга;
b. исследовательская деятельность, направленная на удовлетворение информационно-аналитических потребностей маркетинга;
c. научная разработка типовых программ управления некоторыми рыночными явлениями и процессами;
d. все ответы верны;
e. правильного ответа нет.

2. Кто испытывает потребность в маркетинговой информации?

a. руководитель фирмы;
b. налоговая служба;
c. статистические органы.
d. все ответы верны;
e. правильного ответа нет.

3. В чем заключается роль статистики в маркетинговом исследовании?

a. в возможности использования компьютерной техники;
b. в возможности использования графиков и диаграмм;
c. в обеспечении точности оценок и прогнозов, выявлении взаимосвязей;
d. все ответы верны;
e. правильного ответа нет.

4. В чем заключается достоверность информации?

a. в том, что использованы только официальные данные статистического агентства;
b. в том, что были соблюдены научные принципы сбора информации и исключена тенденциозность в её оценки;
c. в том, что она устраивает руководство фирмы;
d. все ответы верны;
e. правильного ответа нет.

5. «Мозговой штурм» – это:

a. метод экспертных оценок и прогнозов, основанный на дискуссии экспертов;
b. метод прогнозирования, основанный на экстраполяции известных данных;
c. активное осмысление полученной информации.

d. все ответы верны;
e. правильного ответа нет.

6. В ходе первого этапа проведения экспертного исследования типа Дельфи:

a. проводится гласное обсуждение идей, заложенных в программу исследования;
b. членами экспертной группы осуществляется анонимное заполнение заранее разработанной анкеты;
c. проводится оценка компетентности экспертов;
d. все ответы верны;
e. правильного ответа нет.

7. Основные процессы, которые необходимо организовать для функционирования маркетинговой информационной системы:

a. сбор, переработка, анализ, передача и хранение информации;
b. принятие решений по управлению предприятием;
c. принятие решений по управлению маркетингом;
d. все ответы;
e. нет правильного ответа.

8. Маркетинговая информация в зависимости от стадии переработки может быть:

a. внешней;
b. внутренней;
c. первичной;
d. все ответы;
e. нет правильного ответа.

9. Разведочное маркетинговое исследование предпринимается с целью:

a. собрать информацию о предприятиях с закрытым режимом деятельности;
b. собрать информацию о внерыночных организациях;
c. собрать предварительную информацию для разработки методологии основного исследования;
d. все ответы верны;
e. правильного ответа нет.

10. В чем проявляется эффективность маркетингового исследования?

a. в экономном расходовании службой маркетинга финансовых средств фирмы;
b. в достижении цели, поставленной маркетингом фирмы;
c. в проведении маркетингового исследования в соответствии с планом и в установленные сроки;
d. все ответы верны;
e. правильного ответа нет.

11. Какую роль играет маркетинговая информация в управлении фирмой?

a. она собирается для отчета в налоговую службу;
b. обеспечивает надежность принимаемых маркетинговых решений;
c. она вообще не нужна фирме, успешно выступающей на рынке со своими товарами;
d. все ответы верны;
e. правильного ответа нет.

12. Прошел слух, что на валютной бирже произойдет падение рубля. Руководство фирмы адекватно изменило политику закупок. Относится ли данный слух к категории маркетинговой информации?

a. да;
b. нет.

Аргументируйте свою позицию.

13. В каких целях проводится повторное контрольное обследование?

a. для сбора дополнительных данных;
b. чтобы учесть возможные изменения в совокупности;
c. для выявления ошибок и повышения степени надежности информации;

d. все ответы верны;
e. правильного ответа нет.

14. Дельфи-метод позволяет:

a. достоверно оценить процессы, о которых нельзя или трудно собрать информацию, например, дать оценки теневого рынка, а также осуществить как краткосрочный, так и долгосрочный прогноз;
b. провести экспертизу технологических параметров нового товара при разработке инновационной политики фирмы на стратегическую перспективу;
c. осуществить селекцию идей при организации системы стимулирования сбыта;
d. все ответы верны;
e. правильного ответа нет.

15. Сущность морфологического метода заключается:

a. в разложении рассматриваемой проблемы на структурные компоненты и их объяснении;
b. в шкалировании и селекции выдвинутых идей;
c. в расчете средней величины исходя из оценок экспертов;
d. все ответы верны;
e. правильного ответа нет.

16. Фокус–группа – это:

a. особый метод исследования, заключающийся в многоразовом обследовании отдельной группы экспертов;
b. вид опроса, представляющий собой групповое интервью в форме свободного обсуждения заданной темы в подгруппах респондентов, объединенных по каким-либо критериям;
c. вид опроса, характеризующийся четко заданной структурой, периодичностью проведения и ограниченностью круга респондентов;
d. все ответы верны;
e. правильного ответа нет.

17. Изучение внутренней среды туристской фирмы предполагает:

a. исследование законодательных ограничений её деятельности;
b. исследование её производственно-сбытовой деятельности;
c. исследование возможностей фирмы на рынке;
d. все ответы;
e. нет правильного ответа.

18. Полевое исследование — это:

a. исследование, которое проводится маркетинговой службой фирмы в сельской местности;
b. сбор первичных данных у носителей информации;
c. обработка данных, полученных на коммерческой основе у официальных источников.

19. Торговые корреспонденты — это:

a. торговые специалисты, обязанные за особую плату представлять информацию в соответствии с программой;
b. торговые предприятия, ведущие коммерческую переписку с поставщиками;
c. юридические и физические лица, которым рассылается анкета и от которых ожидают ответа.

20. Непосредственное наблюдение — это:

a. опросы покупателей;
b. данные, предоставленные дистрибьютором производителю;
c. данные, которые получены в результате визуального осмотра/оценки изучаемого объекта или процесса.

Критерии оценки тестовых заданий

Форма тестовых заданий – понятия и термины, связанные с экономическими преобразованиями в сфере физической культуры и спорта, по каждому из них приводятся три определения, один из которых правильный. Тестовые задания содержат 20 понятий и терминов.

Нормы оценки ответов на тестовые задания – по 1 баллу за правильный ответ на 1 вопрос.

Критерии оценки:

17 – 20 баллов – отлично;

14 – 16 баллов – хорошо;

11 – 13 баллов – удовлетворительно;

меньше 11 баллов – неудовлетворительно.

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

Основная литература:

1. Маркетинг туризма: учебное пособие / И.В. Гончарова, Т.П. Розанова, М.А. Морозов, Н.С. Морозова. — М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 224 с.
2. Белова, В.П. Маркетинг туризма / В.П. Белова. – М.: ГАОУ ВПО МГИИТ имени Ю.А. Сенкевича, 2012. – 52 с. — URL: https://rucont.ru/efd/197301
3. Юмашева, И.А. Маркетинг туризма: учебно-методическое пособие / И.А. Юмашева. – М.: Директ-Медиа, 2020. – 210 с. – URL: https://rucont.ru/efd/798734

Дополнительная литература:

12. Муртузалиев, Т.В. Маркетинг услуг гостеприимства и туризма: учебно-практическое пособие / Т.П. Розанова, Э.В. Тарасенко; Т.В. Муртузалиев. – М.: ИТК «Дашков и К», 2017. – 166 с.: ил. – URL: https://lib.rucont.ru/efd/689030
13. Шлафман, А.И. Условия обеспечения конкурентоспособности предприятий сферы рекреации и туризма / А.И. Шлафман, А.В. Грибанов // Мир экономики и права. 2015. №10. С. 33 - 37. – URL: https://lib.rucont.ru/efd/406334
14. Шнайдерман, А. Партизанский маркетинг в туризме / А. Шнайдерман. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014. – 211 с. – URL: https://lib.rucont.ru/efd/300771
15. Ветитнев, А.М. Интернет-маркетинг санаторно-курортных услуг: учебно-методическое пособие/ Ветитнев А.М., Ашкинадзе Я.А. – М.: Финансы и статистика, 2014. – 160 с. – URL: http://www.iprbookshop.ru/18806
16. Розанова, Т.П. Маркетинг услуг гостеприимства в туризме: учебное пособие / Т.П. Розанова. – М.: Руконт, 2012. – 356.
17. Белова, В.П. Менеджмент и маркетинг в туризме: учебное пособие. Ч. 1 / В.П. Белова. – М.: МГИИТ имени Ю.А. Сенкевича, 2013. – 189 с.
18. Белова, В.П. Менеджмент и маркетинг в туризме: учебное пособие. Ч. 2 / В.П. Белова. – М.: МГИИТ имени Ю.А. Сенкевича, 2013. – 178 с.
19. Туризм и рекреация на пути устойчивого развития: отечественные и зарубежные исследования: монография/ Е.С. Агеева [и др.]. – М.: Советский спорт, 2008. – 430 с. – URL: http://www.iprbookshop.ru/40792
20. Доступный, социальный и массовый туризм. Проблемы и перспективы развития в России [Электронный ресурс]: монография / В.Г. Пугиев [и др.]. – М.: Российская международная академия туризма, Университетская книга, 2016. – 504 с. – URL: http://www.iprbookshop.ru/51860

21. Маркетинг гостиничных услуг: учебное пособие / М. Турковский. – М.: Руконт, 2012. – 147 с.
Романов, В.А. Основы индустрии гостеприимства: учебное пособие / А.В. Романов, Д.А. Осипов, Д.И. Елканова, Е.В. Сорокина. Гл. 3. – М.: Руконт, 2015. – 265 с

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимой для освоения дисциплины

1. Электронный архив открытого доступа: http://dspace.bsu.edu.ru/
2. Научная электронная библиотека: http://elibrary.ru/defaultx.asp
3. Университетская информационная система РОССИЯ: http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
4. http://studentlibrary.ru
5. http://biblioclub.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Последовательность изучения дисциплины состоит в следующем: посещение лекций, выполнение самостоятельной работы по вопросам семинара на базе конспекта лекции и учебников, участие в дискуссии, диалоге на семинаре, который наряду с лекцией, является основной формой учебного процесса.

Необходимо уметь конспектировать материал лекции, дополнять конспект в процессе самостоятельной работы. Перед лекцией целесообразно прочитывать тему, изложенную в учебнике, что поможет Вам осознанно конспектировать, понимать логику проблемы, темы.

При подготовке к семинару ознакомьтесь с содержанием темы в целом, а затем приступайте к проблематике материала. На семинаре дискутируйте, стремитесь к открытости и основательности. Не прячьте свою точку зрения от других, учитесь анализировать, сопоставлять точки зрения, ибо пассивность на семинаре оборачивается ненужными потерями, не столько в обогащении памяти, сколько в развитии способности самостоятельного мышления. Следует обратить особое внимание на усвоение теоретических понятий. Причем, необходимо сделать это в самом начале освоения курса, так как изложение всего курса базируется именно на этих понятиях, и их непонимание серьезно осложнит дальнейшее освоение курса.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Лицензионное программное обеспечение

№	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Ауд. 80 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов -

		10; для преподавателя - 1. Мультимедийная доска - 1. Перечень технических средств обучения: рабочие станции 2 шт, принтер. Комплекты раздаточных материалов и библиотечный фонд кафедры: «Математика», «Математические методы в ФКиС», «Физика», «Информационные технологии», «Информатика».
2.	Ауд. 83 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	30 посадочных мест: для студентов - 30; для преподавателя - 1. рабочие станции – 1 шт, Проектор, экран, учебная доска для мела.
3.	Ауд. 84 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	30 посадочных мест: для студентов - 18; для преподавателя - 1.
4.	Ауд.№ 88 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов -30; для преподавателя -2. Учеб.доска для мела - 2. Перечень технических средств обучения: рабочие станции - 32 шт, проектор, экран.
5.	Аудитория № Д1 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов -14; для преподавателя -1. Учеб.доска для мела - 1. Перечень технических средств обучения: рабочие станции 15 шт, принтер.
6.	Читальный зал библиотеки учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	28 посадочных мест, рабочие станции – 10 штук, принтер, ксерокс, телевизор

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано:
Ответственный за основную профессиональную образовательную программу по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно – оздоровительный туризм» квалификация бакалавр.

К.п.н., доцент кафедры туризма
и спортивного ориентирования З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра МЕНЕДЖМЕНТА И ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНЫХ ДИСЦИПЛИН

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«13» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующая кафедрой Е.В. Алпацкая

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«14» 05 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ИНТЕРНЕТ–ТЕХНОЛОГИИ

основной профессиональной образовательной программы направления подготовки
49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм».
Направленность (Профиль программы): ***«Спортивно-оздоровительный туризм»***

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения заочная
Курс – 3
Семестр – 5,6
Итоговая форма контроля –зачет

Рабочую программу разработали:
кандидат педагогических наук,
доцент Алпацкая Е.В.

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка 3
1.1.Выписка из ФГОС 3++ 3
1.2. Краткая характеристика основной образовательной программы 4
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 6
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 7
5.Содержание дисциплины 7
5.1.Количество часов по видам занятий 7
5.2.Содержание дисциплины по видам занятий 8
5.5.1. Содержание лекционных занятий 8
5.5.2. Содержание практических занятий 9
6. Самостоятельная работа студентов 12
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 15
7.1.Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 15
7.1.2.Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 19
7.1.2.Тестовые задания по дисциплине 21
7.1.3.Темы рефератов и презентаций 24
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины 24
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 25
10.Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины .. 26
11.Материально-техническое обеспечение дисциплины 27

1. Пояснительная записка

1.1.Выписка из ФГОС 3++

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

1.2. Краткая характеристика основной образовательной программы

Учебная дисциплина «Интернет-технологии» реализуется в рамках части формируемой участниками образовательных отношений учебного плана, учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм».

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Интернет-технологии» состоит из трех самостоятельных разделов:

Раздел 1. Информационно-вычислительные сети.

Раздел 2. Интернет-рынок информационных ресурсов

Раздел 3. Интернет и его возможности

Максимальное количество аудиторных часов отведено изучению курса, так как данный раздел используется студентами при изучении основ научно-методической деятельности и при выполнении выпускных квалификационных работ.

Учебный процесс по дисциплине «Интернет-технологии» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекций, семинаров, и практических работ, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, выполнение контрольных работ, прохождение тестирования.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК – 1 – Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

ПК-11 – Способен применять информационные технологии для обработки результатов научных исследований и решения практических задач в сфере физической культуры и спорта

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать: основные тенденции развития современных интернет-технологий, современные способы применения компьютерных технологий в туристской деятельности; основные принципы организации компьютерных сетей; организации поиска в сети Интернет Уметь: работать с ПК на уровне пользователя, применять навыки работы с ПК в туристической сфере, в области познавательной и профессиональной деятельности применять навыки работы в сети Интернет в области познавательной и профессиональной деятельности; создавать авторские и пользоваться стандартными банками компьютерных программ и банками данных; работать с информацией в локальных и глобальных компьютерных сетях; работать с приложениями для проектирования Web-страниц; представлять полученные в исследованиях и самостоятельной работе результаты в виде электронных интерактивных и мультимедийных отчетов; Иметь опыт: современными компьютерными, интернет-технологиями технологиями, применяемыми в туристской деятельности; технологиями обработки текстовой, графической и числовой информации при проведении интернет-исследований, представлении, сборе, хранении и обработке результатов сетевых исследований и самостоятельной работы; практическими навыками работы в локальных и глобальных сетях, методами безопасной работы в	ПС – Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) A/01.6 – Общепедагогическая функция. Обучение ПС – Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования – B/02.6 – Педагогический контроль и оценка освоения квалификации рабочего, служащего в процессе учебно-производственной деятельности обучающихся ПС – Инструктор-методист D/03.6 – Методическое сопровождение деятельности специалистов образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта E/01.6 – Руководство организацией и проведением физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации E/02.6 – Руководство процессом набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации E/03.6 – Организация и руководство проведением мероприятий по укреплению и развитию материально-технической базы физкультурно-спортивной организации для занятия физической культурой и спортом ПС – Педагог дополнительного образования детей и взрослых A/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы A/03.6 – Обеспечение взаимодействия с родителями (законными	УК – 1, ПК-11

локальной и глобальной компьютерных сетях; современными off- line и online технологиями для возможной реализации туристских услуг, навыками представления информации в электронном виде практическими навыками сайтостроения и Web-дизайна.	представителями) обучающихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения и воспитания A/04.6 – Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы B/01.6 – Организация и проведение исследований рынка дополнительного образования детей и взрослых ПС – 5.003 Тренер C/02.6 – Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) D/01.6 – Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/02.6 – Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Интернет-технологии» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Б.1.В.02. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе по очной форме обучения. Итоговая форма контроля: зачет. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: Информатика.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Интернет-технологии» имеет трудоемкость, равную 2 зачетным единицам (72 часа)

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры	
			5	6
Контактная работа преподавателей с обучающимися		12	8	4
Лекции		4	2	2
Практические занятия		6	4	2
Промежуточная аттестация (зачет)		4		4
Самостоятельная работа		58	30	28
Общая трудоемкость	**часы**	72	36	36
	ЗЕ	2	1	1

5.Содержание дисциплины
5.1.Количество часов по видам занятий

Раздел 1. Информационно-вычислительные сети.
Раздел 2. Интернет-рынок информационных ресурсов
Раздел 3. Интернет и его возможности

№ п/п	Наименование разделов и тем	Лекции	Практические занятия	Самост. работа	Всего
1.	**Раздел 1.** Информационно-вычислительные сети.	2	2	14	18
2.	**Раздел 2.** Интернет-рынок информационных ресурсов	2	2	26	30
3.	**Раздел 3.** Интернет и его возможности		2	18	20
4.	**Зачет**				4
	Итого	4	6	58	72

5.2.Содержание дисциплины по видам занятий

5.5.1. Содержание лекционных занятий

1 семестр

Раздел 1. Информационно-вычислительные сети. **(2 часа).**

Лекция 1. Информационно-вычислительные сети. **(2 часа)**

Основные программные и аппаратные компоненты сети. Классификация компьютерных сетей. Локальные сети. Топология сети. Уровни взаимодействия компьютеров в сетях.

В результате изучения темы студенты будут знать понятие информационно-вычислительных сетей, их классификацию, приобретут навыки поиска информации в локальных сетях; происходит формирование компетенций (УК-1, ПК-11).

2 семестр

Раздел 2. Интернет-рынок информационных ресурсов **(2 часа).**

Лекция 2 (2 часа). Сервисы Интернета. Информационные ресурсы Интернета. Интернет-реклама.

Сервисы Интернета для обеспечения коммерции. Технология «клиент - сервер». Провайдеры интернет-услуг. Безопасность трансакций. Протоколы и стандарты безопасности виртуальных платежей.

Классификация информационных ресурсов Интернета. Классификация интернет-представительств e–commerce. Поиск информации в Интернете. Информационно-поисковые системы. Работа с поисковыми серверами. Основные рекомендации по поиску в Интернете. Содержательная реклама. Внешняя реклама. Баннерная реклама. Регистрация в web-каталогах и индексация сайта поисковыми системами. Реклама с использованием электронной почты.

В результате изучения темы студенты будут знать виды интернет сервисов, способы обеспечения безопасности при работе в глобальных сетях, виды информационно-поисковых систем приобретут навыки поиска информации в глобальных сетях, работы с поисковыми серверами; происходит формирование компетенций (УК-1, ПК-11).

5.5.2. Содержание практических занятий

1 семестр

Раздел 1. Информационно-вычислительные сети. **(2 часа).**

Основные программные и аппаратные компоненты сети. Классификация компьютерных сетей. Локальные сети. Топология сети. Уровни взаимодействия компьютеров в сетях.

Контрольные вопросы

1. Что понимают под компьютерной сетью?
2. Перечислите основные программные и аппаратные компоненты сети.
3. Какие существуют типы передающих сред?
4. Какие выделяются классификации компьютерных сетей?
5. Какие выделяют сети по способу управления?
6. Что такое локальная сеть и каковы ее особенности?
7. Определите глобальные и городские сети.
8. В чем особенность сетей типа клиент/сервер?
9. Что такое одноранговые сети и чем они отличаются от сетей типа «клиент-сервер»?
10. Что такое рабочая станция и сервер?

Рекомендуемая литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск : СГАФКСТ, 2016. — 150 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/706490

2. Методическое пособие по дисциплине «Информатика» Ч.3: Работа с Microsoft Office [Электронный ресурс] / МВ. Витязев .— Архангельск : Се-верный (Арктический) федеральный университет имени МВ. Ломоносова. 2014 .— 25 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/282760

3. Хованская, Т.В. Практикум по дисциплине «Информатика» [Элек-тронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / АЮ. Коршунова, И А Подгорная. Т.В. Хованская .— Волгоград : ВГАФК. 2011 .— 174 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efoV230557

Раздел 2. Интернет-рынок информационных ресурсов **(2 часа).**

Сервисы Интернета для обеспечения коммерции. Технология «клиент - сервер». Провайдеры интернет-услуг. Безопасность трансакций. Протоколы и стандарты безопасности виртуальных платежей.

Информационные ресурсы Интернета. Классификация информационных ресурсов Интернета. Классификация интернет-представительств e–commerce. Поиск информации в Интернете. Информационно-поисковые системы. Работа с поисковыми серверами. Основные рекомендации по поиску в Интернете.

Интернет-реклама.

Содержательная реклама. Внешняя реклама. Баннерная реклама. Регистрация в web-каталогах и индексация сайта поисковыми системами. Реклама с использованием электронной почты.

Контрольные вопросы

1. В чем особенности и отличия интернет-коммерции от электронной коммерции?
2. По каким категориям классифицируется электронная коммерция?
3. Для чего предназначены стандарты электронной коммерции EDI и XML?
4. Как оцениваются состояние и перспективы развития интернет-коммерции в российском туризме?
5. В чем сущность технологии Wi-Fi?
6. Какие провайдеры предоставляют хостинг, и как стать провайдером?
7. Какие дополнительные услуги помимо хостинга предоставляют провайдеры?
8. Что представляет собой адресация ресурсов Интернета?
9. Каковы особенности и возможности электронной почты в Интернете?
10. В чем проблема обеспечения информационной безопасности в Интернете?

Раздел 3. Интернет и его возможности **(2 часа).**

Общие сведения о сети Интернет.

Принципы и организация сети Интернет. Службы Интернета. Электронная почта. Всемирная паутина WWW. Файловые архивы. Служба новостей. Видеоконференции, RealAudio и Video.

Автоматизация туристической фирмы. Возможности использования Интернета в туристском бизнесе. Перспективы развития туристических интернет-проектов. Технологические решения в привлечении и обслуживании клиента. Интернет-технологии построения взаимоотношений с клиентами. Методы достижения высоких позиций в поисковых системах. Системы поиска и бронирования туров.

Контрольные вопросы

1. Оцените состояние и перспективы использования Интернета в Рос-

сии?

2. Перечислите принципы и организация сети Интернет?
3. Какие службы Интернета существуют?
4. Что такое браузер?
5. Что такое гипертекст?
6. Опишите особенности службы WWW.
7. Как организована Служба новостей (Usenet) и какие новости существуют?
8. Каковы перспективы развития интернет-проектов в области рекреации и спортивно-оздоровительном туризма?
9. В чем состоит модернизация сайта и как размещается сайт в сети Интернет?
10. Какие методы достижения высоких позиций в поисковых системах вам известны?

Рекомендуемая литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск : СГАФКСТ, 2016. — 150 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/706490

2.Методическое пособие по дисциплине «Информатика» Ч.3: Работа с Microsoft Office [Электронный ресурс] / МВ. Витязев .— Архангельск : Северный (Арктический) федеральный университет имени МВ. Ломоносова. 2014 .— 25 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/282760

3.Хованская, Т.В. Практикум по дисциплине «Информатика» [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / АЮ. Коршунова, И А Подгорная. Т.В. Хованская .— Волгоград : ВГАФК. 2011 .— 174 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efoV230557

6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Содержание работы Темы занятий	Количество часов	Виды контроля
1	**Раздел 1.** Информационно-вычислительные сети.	14	Выборочная проверка заданий по решению задач на вычисление количества информации в сообщениях и по переводу чисел из одной системы счисления в другую.
2	**Раздел 2.** Интернет-рынок информационных ресурсов	26	Проведение групповых контрольных работ на компьютерах с их проверкой
3	**Раздел 3.** Интернет и его возможности	18	Проверка рефератов

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Студентам следует усвоить основные вопросы по важнейшим разделам дисциплины:

1. Что понимают под компьютерной сетью?
2. Перечислите основные программные и аппаратные компоненты сети.
3. Какие существуют типы передающих сред?
4. Что собой представляют аналоговые и цифровые каналы связи?
5. Охарактеризуйте оптоволоконные каналы связи.
6. Что такое коммутация каналов, и какие виды коммутаций существуют?
7. Какие выделяются классификации компьютерных сетей?
8. Какие выделяют сети по способу управления?
9. Что такое локальная сеть и каковы ее особенности?
10. Определите глобальные и городские сети.
11. На какие виды делятся сети по совместимости программного обеспечения?
12. Как классифицируются сети по характеру реализуемых функций и по

форме функционирования?

13. Какие виды сетей выделяют по сфере функционирования?

14. В чем особенность сетей типа клиент/сервер?

15. Что такое одноранговые сети и чем они отличаются от сетей типа «клиент-сервер»?

16. Что такое рабочая станция и сервер?

17. Определите назначение каждого уровня взаимодействия компьютеров?

11. В чем особенности и отличия интернет-коммерции от электронной коммерции?

12.По каким категориям классифицируется электронная коммерция?

13.Как оцениваются состояние и перспективы развития интернет-коммерции в России?

14.Каковы технические и технологические особенности Интернета по сравнению с глобальными и локальными вычислительными сетями?

15.В чем сущность технологии Wi-Fi?

16.Какие провайдеры предоставляют хостинг, и как стать провайдером?

17.Какие дополнительные услуги помимо хостинга предоставляют провайдеры?

18.Каковы особенности и возможности электронной почты в Интернете?

19.Как организуются телеконференции и IRC в Интернете?

20.В чем проблема обеспечения информационной безопасности в Интернете?

21.Какие существуют и чем отличаются стандарты безопасности сетевых трансакций?

22.Какими основными признаками обладает мировой рынок информационных услуг?

23.Какими показателями определяется эффективность поисковых средств Интернета?

24.Какова структура поисковых систем Интернета?

25.Как могут быть классифицированы web-представительства фирм в Интернете? Чем определяется эффективность рекламной кампании в Интернете?

26.Как оценивается экономическая эффективность рекламы?

27.Опишите принципы работы электронной почты.

28.Что такое браузер?

29.Как организована Служба новостей (Usenet) и какие новости суще-

ствуют?

30.В чем состоит модернизация сайта и как размещается сайт в сети Интернет?

31.Перечислите основные схемы обновления информации на сайте.

32.Какие методы достижения высоких позиций в поисковых системах вам известны?

Список основной и дополнительной литературы по темам, изучаемым самостоятельно

Основная литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск : СГАФКСТ, 2016. — 150 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/706490

2.Курс лекций по информатике [Электронный ресурс]: Учебное пособие.— М.: РГУФКСМиТ 2011 .— 255 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/202906

3.Курс лекций по математике и информатике [Электронный ресурс]: Учебное пособие .— М.: РГУФКСМиТ, 2011 .— 219 с. — Режим доступа: https://lib.rucom.ru/efd/202909

4.Широбакина. Е.А. Курс лекций и практических занятий по информатике [Электронный ресурс]: учеб. пособие для самостоят, работы студентов ФЗО / Е.А. Широбакина .— Волгоград : ВГАФК, 2011 .— 76 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/230541

Дополнительная

1. Захарова, И.Г. Информационные технологии в образовании [Текст] : учеб. пособие для высш. проф. образования / И. Г.Захарова. - 7-е изд., перераб. и доп. - Москва : Изд. центр "Академия", 2011. - 192 с. - (Высшее профессиональное образование).

2.Каткова, Т.В. Основы информатики: учеб. пособие / Т.В.Каткова, Н.В.Бубнов. – Смоленск: [б.и.], 2013. – 127.

3.Методическое пособие по дисциплине «Информатика» Ч.3: Работа с Microsoft Office [Электронный ресурс] / МВ. Витязев .— Архангельск : Северный (Арктический) федеральный университет имени МВ. Ломоносова. 2014 .— 25 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/282760

4.Новоселов, М.А. Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины / М.А. Новоселов .— М. : РГУФКСМиТ, 2015 .— 52 с. : ил. — Авт. указан на обороте тит. л. — Режим доступа: https://rucont.ru/efd/373488

5.Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. - М.: Академия, 2008. – 218 с.

6.Хованская, Т.В. Практикум по дисциплине «Информатика» [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / АЮ. Коршунова, И А Подгорная. Т.В. Хованская .— Волгоград : ВГАФК. 2011 .— 174 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efoV230557

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1.Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-1, ПК-11	ПС – Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) A/01.6 – Общепедагогическая функция. Обучение ПС – Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования – B/02.6 – Педагогический контроль и оценка освоения квалификации рабочего, служащего в процессе учебно-производственной деятельности обучающихся ПС – Инструктор-методист D/03.6 – Методическое сопровождение деятельности специалистов образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта E/01.6 – Руководство организацией и проведением физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации E/02.6 – Руководство процессом набо-	***Пороговый уровень*** *Знать*: основные тенденции развития современных интернет-технологий, современные способы применения компьютерных технологий в профессиональной деятельности; основные принципы организации компьютерных сетей; организации поиска в сети Интернет *Уметь*: работать с ПК на уровне пользователя, применять навыки работы с ПК в профессиональной сфере, в области познавательной и профессиональной деятельности применять навыки работы в сети Интернет в области познавательной и профессиональной деятельности; представлять полученные в исследованиях и самостоятельной работе результаты в виде мультимедийных отчетов; *Иметь опыт:* владеть совре-

	ра и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации Е/03.6 – Организация и руководство проведением мероприятий по укреплению и развитию материально-технической базы физкультурно-спортивной организации для занятия физической культурой и спортом ПС – Педагог дополнительного образования детей и взрослых А/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы А/03.6 – Обеспечение взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения и воспитания А/04.6 – Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы В/01.6 – Организация и проведение исследований рынка дополнительного образования детей и взрослых ПС – 5.003 Тренер С/02.6 – Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) D/01.6 – Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/02.6 – Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	менными компьютерными, интернет-технологиями технологиями, применяемыми в туристской деятельности; технологиями обработки текстовой, графической и числовой информации при проведении интернет-исследований, представлении, сборе, хранении и обработке результатов сетевых исследований и самостоятельной работы; практическими навыками работы в локальных и глобальных сетях, навыками представления информации в электронном виде
УК-1, ПК-11	ПС – Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) А/01.6 – Общепедагогическая функция. Обучение ПС – Педагог профессионального обучения, профессионального образова-	***Продвинутый уровень*** *Знать*: основные тенденции развития современных интернет-технологий, современные способы применения компьютерных технологий в профессиональной деятельности; основные принципы организации компьютерных

	ния и дополнительного профессионального образования – B/02.6 – Педагогический контроль и оценка освоения квалификации рабочего, служащего в процессе учебно-производственной деятельности обучающихся ПС – Инструктор-методист D/03.6 – Методическое сопровождение деятельности специалистов образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта E/01.6 – Руководство организацией и проведением физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации E/02.6 – Руководство процессом набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации E/03.6 – Организация и руководство проведением мероприятий по укреплению и развитию материально-технической базы физкультурно-спортивной организации для занятия физической культурой и спортом ПС – Педагог дополнительного образования детей и взрослых A/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы A/03.6 – Обеспечение взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения и воспитания A/04.6 – Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы B/01.6 – Организация и проведение исследований рынка дополнительного образования детей и взрослых ПС – 5.003 Тренер C/02.6 – Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) D/01.6 – Отбор занимающихся и оцен-	сетей; организации поиска в сети Интернет *Уметь*: работать с ПК на уровне пользователя, применять навыки работы с ПК в профессиональной сфере, в области познавательной и профессиональной деятельности применять навыки работы в сети Интернет в области познавательной и профессиональной деятельности; работать с приложениями для проектирования Web-страниц; представлять полученные в исследованиях и самостоятельной работе результаты в виде электронных интерактивных и мультимедийных отчетов; *Иметь опыт:* Владеть современными компьютерными, интернет-технологиями технологиями, применяемыми в туристской деятельности; технологиями обработки текстовой, графической и числовой информации при проведении интернет-исследований, представлении, сборе, хранении и обработке результатов сетевых исследований и самостоятельной работы; практическими навыками работы в локальных и глобальных сетях, методами безопасной работы в локальной и глобальной компьютерных сетях; современными off- line и on-line технологиями для возможной реализации услуг населению, навыками представления информации в электронном виде

	ка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/02.6 – Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	
УК-1, ПК-11	ПС – Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) A/01.6 – Общепедагогическая функция. Обучение ПС – Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования – B/02.6 – Педагогический контроль и оценка освоения квалификации рабочего, служащего в процессе учебно-производственной деятельности обучающихся ПС – Инструктор-методист D/03.6 – Методическое сопровождение деятельности специалистов образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта E/01.6 – Руководство организацией и проведением физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации E/02.6 – Руководство процессом набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации E/03.6 – Организация и руководство проведением мероприятий по укреплению и развитию материально-технической базы физкультурно-спортивной организации для занятия физической культурой и спортом ПС – Педагог дополнительного образования детей и взрослых A/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы	***Высокий уровень*** *Знать*: основные тенденции развития современных интернет-технологий, современные способы применения компьютерных технологий в профессиональной деятельности; основные принципы организации компьютерных сетей; организации поиска в сети Интернет *Уметь*: работать с ПК на уровне пользователя, применять навыки работы с ПК в профессиональной сфере, в области познавательной и профессиональной деятельности применять навыки работы в сети Интернет в области познавательной и профессиональной деятельности; создавать авторские и пользоваться стандартными банками компьютерных программ и банками данных; работать с информацией в локальных и глобальных компьютерных сетях; работать с приложениями для проектирования Web-страниц; представлять полученные в исследованиях и самостоятельной работе результаты в виде электронных интерактивных и мультимедийных отчетов; *Иметь опыт:* владеть современными компьютерными, интернет-технологиями технологиями, применяемыми в туристской деятельности; технологиями обработки текстовой, графической и числовой информации при про-

	A/03.6 – Обеспечение взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения и воспитания A/04.6 – Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы B/01.6 – Организация и проведение исследований рынка дополнительного образования детей и взрослых ПС – 5.003 Тренер C/02.6 – Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) D/01.6 – Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/02.6 – Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	ведении интернет-исследований, представлении, сборе, хранении и обработке результатов сетевых исследований и самостоятельной работы; практическими навыками работы в локальных и глобальных сетях, методами безопасной работы в локальной и глобальной компьютерных сетях; современными off- line и on-line технологиями для возможной реализации услуг населению, навыками представления информации в электронном виде, практическими навыками сайтостроения и Web-дизайна.

7.2.1.Типовые контрольные задания
7.2.2.Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль знаний осуществляется на практических занятиях.

Формы текущего контроля знаний:

- устный опрос на практических занятиях;
- проверка выполнения индивидуальных расчетных заданий;
- собеседование по индивидуальным заданиям;
- реферат;
- контрольная работа;
- тестирование;
- контроль самостоятельной работы студентов.

Форма промежуточного контроля – зачет.

Примерные вопросы к зачету

1. Что понимают под компьютерной сетью?
2. Перечислите основные программные и аппаратные компоненты сети.

3. Какие существуют типы передающих сред?

4. Что собой представляют аналоговые и цифровые каналы связи?

5. Охарактеризуйте оптоволоконные каналы связи.

6. Что такое коммутация каналов, и какие виды коммутаций существуют?

7. Какие выделяются классификации компьютерных сетей?

8. Какие выделяют сети по способу управления?

9. Что такое локальная сеть и каковы ее особенности?

10. Определите глобальные и городские сети.

11. На какие виды делятся сети по совместимости программного обеспечения?

12. Как классифицируются сети по характеру реализуемых функций и по форме функционирования?

13. Какие виды сетей выделяют по сфере функционирования?

14. В чем особенность сетей типа клиент/сервер?

15. Что такое одноранговые сети и чем они отличаются от сетей типа «клиент-сервер»?

16. В чем особенности и отличия интернет-коммерции от электронной коммерции?

17. По каким категориям классифицируется электронная коммерция?

18. Как оцениваются состояние и перспективы развития интернет-коммерции в России?

19. Каковы технические и технологические особенности Интернета по сравнению с глобальными и локальными вычислительными сетями?

20. В чем сущность технологии Wi-Fi?

21. Какие провайдеры предоставляют хостинг, и как стать провайдером?

22. Какие дополнительные услуги помимо хостинга предоставляют провайдеры?

23. Каковы особенности и возможности электронной почты в Интернете?

24. Как организуются телеконференции и IRC в Интернете?

25. В чем проблема обеспечения информационной безопасности в Интернете?

26. Какие существуют и чем отличаются стандарты безопасности сетевых трансакций?

27. Какими основными признаками обладает мировой рынок информационных услуг?

28. Какими показателями определяется эффективность поисковых средств Интернета?

29. Какова структура поисковых систем Интернета?

30. Как могут быть классифицированы web-представительства фирм в Интернете? Чем определяется эффективность рекламной кампании в Интернете?

31. Как оценивается экономическая эффективность рекламы?

32. Опишите принципы работы электронной почты.

33. Что такое браузер?

34. Как организована Служба новостей (Usenet) и какие новости существуют?

35. В чем состоит модернизация сайта и как размещается сайт в сети Интернет?

36. Перечислите основные схемы обновления информации на сайте.

37. Какие методы достижения высоких позиций в поисковых системах вам известны?

Критерии оценки знаний студентов на зачете

«Зачтено» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением студента подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Студент должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь студента должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Не зачтено» - студент не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

7.3.2.Тестовые задания по дисциплине

Тест предлагается студентам в электронном виде. В программе теста заложена возможность выбора одного или нескольких правильных ответов в зависимости от вида маркеров, нумерующих ответы. Программа не предусматривает возможности возврата к уже отвеченным вопросам и имеет ограничение по времени. Кроме контролирующего режима, возможно использование режима обучения.

1) **Локальные вычислительные сети по признаку топологии подразделяют на:**
   1) проводные, релейные, спутниковые
   2) типа "Звезда", "Шина", "Кольцо"

3) типа "Векторные", "Растровые" и "Иерархические"

2) Какой классификации сетей не существует:

1) По масштабу и территориальной распространённости
2) По ведомственной принадлежности
3) По топологии
4) По видам используемых компьютеров
5) По типу среды передачи данных
6) По скорости передачи данных
7) По организации взаимодействия компьютеров

3) В кольцевой сети сигнал передаётся:

1) в одном направлении через специальные повторители и проходит от компьютера к компьютеру.
2) В двух направлениях от каждого компьютера

4) В сети с топологией «Шина» сигнал передаётся:

1) в одном направлении через специальные повторители и проходит от компьютера к компьютеру.
2) в двух направлениях от каждого компьютера

5) Физическая среда, по которой передаются информационные сигналы в сети, может представлять собой:

1) земную атмосферу
2) водное пространство
3) кабель
4) космическое пространство

6) В сетях применяют три основных типа кабеля:

1) Кабели на основе скрученных пар медных проводов (витая пара)
2) Коаксиальные кабели
3) Кабели без экранирующих проводов
4) Волоконно-оптические кабели

7) Коаксиальный кабель – это:

1) кабель, в котором внутренний провод для снижения радиопомех окружён вторым экранирующим проводом.
2) кабель, представляющий собой одну или несколько пар изолированных проводников, скрученных между собой.

8) Одноранговая сеть – это:

1) сеть, в которой выделяются один или несколько компьютеров, управляющих обменом данных по сети и распределением ресурсов.
2) сеть, в которой все компьютеры равноправны. Любой пользователь сети может получить доступ к данным, хранящимся на любом компьютере.

9) Витая пара:

1) кабель, в котором внутренний провод для снижения радиопомех окружён вторым экранирующим проводом.
2) кабель, представляющий собой одну или несколько пар изолированных проводников, скрученных между собой.

10) Примером сети типа «Клиент-сервер» может быть сеть топологии:

1) "Звезда"
2) "Шина"
3) "Кольцо"

11) Первая глобальная компьютерная сеть носила имя:

1) BITNet;
2) ARPANet;
3) NSFNet.

12) Провайдер Internet это:

1) организация-поставщик услуг Internet;
2) организация, занимающаяся созданием web-сайтов;
3) периферийное устройство, служащее для связи с другим компьютером.

13) FTP - это:

4) почтовый клиент;
5) программа IP-телефонии;
6) протокол передачи файлов.

14)Задан URL-адрес web-страницы: http://www.sgzt.com/sgzt/archive/content/2005/03/043. Каково имя протокола доступа к этому информационному ресурсу?

1) sgzt/archive/content/2005/03/043;
2) com;
3) http;
4) www.sgzt.com.

15)В какой из приведенных доменных зон первого уровня может приобрести себе доменное имя юридическое лицо, зарегистрированное на территории РФ?

1) .com;
2) .ru;
3) и в том и в другом.

16)Среди приведенных записей укажите корректный IP-адрес компьютера:

1) 198.15.19.216;
2) 298.15.19.216;
3) http://www.ipc.ru;
4) www.ip-address.com.

17)Какой из приведённых адресов e-mail корректен?

1) mur.ru@gleb;
2) gleb@mur.ru;
3) gleb.1@mur.mil;
4) gleb @ mur. ru;

18)Что такое HTML?

1) Один из протоколов семейства TCP/IP;

2) Язык гипертекстовой разметки документа;
3) Язык программирования.

7.3.3.Темы рефератов и презентаций

Примерные темы рефератов:

1. Информационно-коммуникативных технологии (ИКТ) как совокупность электронных средств и способов их функционирования, используемых для реализации профессиональных задач.
2. Информационные технологии как процессы накопления, обработки, представления и использования информации с помощью электронных средств.
3. Технология рассылки и приема корреспонденции в Internet.
4. Информационно-поисковые системы. Классификационные информационно-поисковые системы
5. Работа в современном офисе
6. Правила эффективного взаимодействия с поисковыми системами.
7. Хостинг и услуги провайдеров.
8. Методы сбора информации в интернете.
9. Методы оценки эффективность информационных систем.
10. Способы экономической оценки эффективность интернет-рекламы.

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

Основная литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск : СГАФКСТ, 2016. — 150 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/706490

2.Курс лекций по информатике [Электронный ресурс]: Учебное пособие.— М.: РГУФКСМиТ 2011 .— 255 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/202906

3.Курс лекций по математике и информатике [Электронный ресурс]: Учебное пособие .— М.: РГУФКСМиТ, 2011 .— 219 с. — Режим доступа: https://lib.rucom.ru/efd/202909

4.Широбакина. Е.А. Курс лекций и практических занятий по информатике [Электронный ресурс]: учеб. пособие для самостоят, работы студентов

ФЗО / Е.А. Широбакина .— Волгоград : ВГАФК, 2011 .— 76 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/230541

Дополнительная

1. Захарова, И.Г. Информационные технологии в образовании [Текст] : учеб. пособие для высш. проф. образования / И. Г.Захарова. - 7-е изд., перераб. и доп. - Москва : Изд. центр "Академия", 2011. - 192 с. - (Высшее профессиональное образование).

2.Каткова, Т.В. Основы информатики: учеб. пособие / Т.В.Каткова, Н.В.Бубнов. – Смоленск: [б.и.], 2013. – 127.

3.Методическое пособие по дисциплине «Информатика» Ч.3: Работа с Microsoft Office [Электронный ресурс] / МВ. Витязев .— Архангельск : Северный (Арктический) федеральный университет имени МВ. Ломоносова. 2014 .— 25 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/282760

4.Новоселов, М.А. Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины / М.А. Новоселов .— М. : РГУФКСМиТ, 2015 .— 52 с. : ил. — Авт. указан на обороте тит. л. — Режим доступа: https://rucont.ru/efd/373488

5.Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. - М.: Академия, 2008. – 218 с.

6.Хованская, Т.В. Практикум по дисциплине «Информатика» [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / АЮ. Коршунова, И А Подгорная. Т.В. Хованская .— Волгоград : ВГАФК. 2011 .— 174 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efoV230557

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. http://ihtik.lib.ru – электронная полнотекстовая научная библиотека.
2. http://ihtik.lib.ru – электронная полнотекстовая научная библиотека.
3. www.elearningpro.ru – портал дистанционного обучения
4. www.onedrive.live.com – сервисы компании Microsoft
5. www.yandex.ru – поисковая система, сервисы Yandex
6. www.youtube.com – видеохостинг

Профессиональные базы

1. Министерство спорта РФ – Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru/
2. Министерство науки и высшего образования РФ – Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru/
3. Центральная библиотека ГЦОЛИФК – Режим доступа: www.lib.sportedu.ru
4. Библиотека Сибирского государственного университета физической культуры – Режим доступа: www.lib.sibsport.ru
5. Архив журнала «Физическая культура: образование, воспитание, тренировка». - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/
6. Архив журнала "Теория и практика физической культуры".- Режим до-

ступа: http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/

7. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://lib.rucont.ru/search

10.Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Успешное усвоение дисциплины студентами предполагает обязательную подготовку к каждому виду занятий. Все практические занятия проводятся с использованием персональных компьютеров. Результаты всех занятий (исследований) фиксируются на внешнем носителе и предъявляются преподавателю для проверки. Объем практических занятий предполагает использование компьютерной техники, как в часы плановых занятий, так и в часы самостоятельной работы. Самостоятельная работа студента включает обязательный самоанализ результатов деятельности на всех видах занятий. Рекомендуется в ходе текущего занятия обсудить с преподавателем результаты исследований, полученные на предыдущем занятии. Индивидуальные консультации проводятся в соответствии с расписанием занятий.

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины

№	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Ауд. 80 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов - 10; для преподавателя - 1. Мультимедийная доска - 1. Перечень технических средств обучения: рабочие станции 2 шт, принтер. Комплекты раздаточных материалов и библиотечный фонд кафедры: «Математика», «Математические методы в ФКиС», «Физика», «Информационные технологии», «Информатика».
2.	Ауд. 83 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	30 посадочных мест: для студентов - 30; для преподавателя - 1. рабочие станции – 1 шт, Проектор, экран, учебная доска для мела.
3.	Ауд. 84 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	30 посадочных мест: для студентов - 18; для преподавателя - 1.
4.	Ауд.№ 88 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов -30; для преподавателя -2. Учеб.доска для мела - 2. Перечень технических средств обучения: рабочие станции - 32 шт, проектор, экран.
5.	Аудитория № Д1 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления

		информации. Количество посадочных мест: для студентов -14; для преподавателя -1. Учеб.доска для мела - 1. Перечень технических средств обучения: рабочие станции 15 шт, принтер.
6.	Читальный зал библиотеки учебного корпуса №1, пр.Гагарина21	28 посадочных мест, рабочие станции – 10 штук, принтер, ксерокс, телевизор

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499	26.06.2023	Антивирусное ПО

	Node 1 year Educational Renewal License		
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано:

Ответственный за ОПОП _____ Васильева З.В.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
КУРОРТОЛОГИЯ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 3
Семестр – 5, 6
Итоговая форма контроля – экзамен (6 семестр)

Рабочую программу разработала:
Матвеева А.В., к.п.н., ст. преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта……... 3
2. Результаты обучения по дисциплине……. 3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП……. 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы……. 5
5. Содержание дисциплины…… 6
5.1 Количество часов по видам занятий…… 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий…… 7
5.2.1 Содержание лекционных занятий……. 7
5.2.2 Содержание семинарских занятий…… 8
6. Самостоятельная работа студентов…… 10
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации…. 12
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины…….. 12
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы……. 13
8. Перечень основной и дополнительной литературы……. 31
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины…… 32
9.1 Электронные библиотечные системы…….. 32
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы…… 32
10. Методические указания по освоению дисциплины…… 34
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины…… 36
12. Лицензионное программное обеспечение……... 37

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО 3++, по направлению подготовки **49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»** утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 943 от 19.09.2017 г., с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включают:

01 – Образование и наука (в сфере дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 – Культура, искусство (в сфере туризма, в сфере санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 – Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- педагогический;
- организационно-управленческий;
- научно-исследовательский;
- тренерский;
- организационно-методический;
- рекреационно-оздоровительный.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-2 – Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений;

ПК-6 – Способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание;

ПК-9 – Способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с целью успешной реализации рекреационного-оздоровительного, спортивного туристского и фитнес продукта.

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты и код трудовой функции	Формируемые компетенции
Знания: Знать понятийный аппарат учебной дисциплины, рекреационные основы курортологии; историю развития курортного дела; курортно-рекреационные ресурсы; мировые курорты и их характеристику; тенденции развития лечебно-оздоровительного туризма.		УК-2, ПК-6, ПК-9
Умения: Проводить исследование различных сегментов рынка курортных предложений и текущих событий и стратегий, реализуемых организациями (предприятиями) лечебно-оздоровительного туризма; анализировать и интерпретировать технологическую и иную информацию, содержащуюся в отчетности курортных предприятий различных форм собственности; моделировать ситуации лечебно-оздоровительного обслуживания в курортных комплексах.		УК-2, ПК-6, ПК-9
Опыт деятельности: Овладеть навыками практической разработки и внедрения различных видов стратегий и предложений по внедрению активных видов оздоровления; проведения оценки курортного потенциала и системы реабилитации и		УК-2, ПК-6, ПК-9

оздоровления конкретного региона (лечебно-оздоровительного учреждения); формирования алгоритмов и этапов реализации процесса оказания лечебно-оздоровительных услуг.		

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Курортология» включена в часть, формируемую участниками образовательных отношений (Б1.В.04). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе, 5-6 семестрах по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля: экзамен. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: «Основы спортивно-оздоровительного туризма», «Теория и методика физической рекреации», «Рекреалогия».

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Трудоемкость дисциплины 108 часов, из них 12 часов аудиторной работы и 85 часов самостоятельной работы, аттестация – 9 часов.

Учебный процесс по курсу «Курортология» проводится в форме лекций, семинарских занятий и самостоятельной работы студентов.

Учет успеваемости ведется в виде микрозачетов по пройденным темам и итогового экзамена, проводимого в срок, установленный учебным планом. Экзамен выставляется за знание пройденных разделов теоретического курса и выполнение установленных требований по практической и самостоятельной работе.

Виды учебной работы	**Всего часов**	**Семестр**
Контактная работа преподавателя со студентами	12	5-6
Лекции	6	5-6
Практические занятия	6	5-6
Аттестация – экзамен	9	6
Самостоятельная работа	87	5-6
Общая трудоёмкость (часы)	108	5-6
Зачетные единицы	3	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ тем	Модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
			Лекции	Практич. занятия	Самост. работа
Модуль 1. История курортологии и рекреационные основы курортного дела.		**34**	**2**	**4**	**28**
1.	Курортология как наука и учебная дисциплина.	9	2	-	7
2.	История курортологии и основные этапы развития курортного дела.	9	-	2	7
3.	Курортно-рекреационные ресурсы Российской Федерации.	9	-	2	7
4.	Рекреационные основы курортного дела.	7	-	-	7
Модуль 2. Лечебные природно-климатические факторы.		**39**	**2**	**2**	**35**
5.	Лечебные минеральные воды.	9	2	-	7
6.	Грязелечение в курортной практике.	9	-	2	7
7.	Основы климатологии и ландшафтной рекреалогии.	7	-	-	7
8.	Преформированные и редкие лечебные курортные факторы.	7	-	-	7
9.	Активные виды оздоровления.	7	-	-	7
Модуль 3. Регулирование курортной деятельности.		**26**	**2**	**2**	**22**
10.	Управление курортами и формы курортной деятельности в Российской Федерации.	7	-	-	7
11.	Правовые аспекты регламентации деятельности санаторно-курортных организаций.	9	-	-	9
12.	Лечебный туризм и мировые курорты.	10	2	-	8
	Экзамен	**9**			
Всего:		**108**	**6**	**6**	**87**

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Модуль 1. **История курортологии и рекреационные основы курортного дела**

Лекция 1. Курортология как наука и учебная дисциплина (2 часа)

Основные понятия курортологии: курортное дело, курорт, курортная инфраструктура, курортные факторы, лечебно-оздоровительный туризм. Задачи и сущность курортологии. Место санаторно-курортного комплекса в сфере оказания услуг населению Российской Федерации. Взаимосвязь курортного дела с другими видами деятельности. Курортные факторы: понятие, классификация, возможности использования в лечебных и оздоровительных целях. Основные тины курортов.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины и рекреационных основах курортологии; умений проводить исследование различных сегментов рынка курортных предложений и текущих событий и стратегий, на овладение навыками практической разработки и внедрения различных видов стратегий и предложений по внедрению активных видов оздоровления; и формирование компетенций УК-2, ПК-6, ПК-9.

Модуль 2. Лечебные природно-климатические факторы

Лекция 2. Лечебные минеральные воды (2 часа)

Определения и основные понятия бальнеологии: бальнеологический курорт, бальнеология, бальнеолечебница, бальнеотехника, минеральные лечебные воды. История развития бальнеологии. Лечебные минеральные воды Российской Федерации. Основные методы бальнеологического лечения и их применение. Различные виды ванн. Купания. Промывания и орошения. Питьевое лечение. Ингаляции.

Литература: основная 1-3, дополнительная 6, 10.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины и рекреационных основах курортологии; умений проводить исследование различных сегментов рынка курортных предложений и текущих событий и стратегий, на проведения оценки курортного потенциала и системы реабилитации и оздоровления конкретного региона (лечебно-оздоровительного учреждения); овладение навыками практической разработки и внедрения различных видов стратегий и предложений по внедрению активных видов оздоровления; и формирование компетенций УК-2, ПК-6, ПК-9.

Модуль 3. Регулирование курортной деятельности

Занятие 3. Лечебный туризм и мировые курорты (2 часа)

План

1. Современный рынок лечебного туризма.
2. Лечебно-оздоровительный туризм в Европе: в странах восточной Европы – Чехии, Венгрии, Польше, Болгарии, Румынии, бывших республиках Югославии.
3. Развитие лечебно-оздоровительного туризма в странах Западной Европы: Германии, Франции, Австрии, Италии, Испании и др.
4. Лечебно-оздоровительный туризм в Америке.
5. Лечебно-оздоровительный туризм в Азии.
6. Лечебно-оздоровительный туризм в Океании и Африке.
7. Особенности лечебно-оздоровительного туризма в России.
8. Организация лечебного туризма в России.
9. Отличительные особенности российской курортной системы от западной.
10. Въездной и социальный туризм в России.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины и рекреационных основах курортологии; умений проводить исследование различных сегментов рынка курортных предложений и текущих событий и стратегий, на овладение навыками проведения оценки курортного потенциала и системы реабилитации и оздоровления конкретного региона (лечебно-оздоровительного учреждения); формирования алгоритмов и этапов реализации процесса оказания лечебно-оздоровительных услуг; практической разработки и внедрения различных видов стратегий и предложений по внедрению активных видов оздоровления; и формирование компетенций УК-2, ПК-6, ПК-9.

5.2.2 Содержание семинарских занятий

Модуль 1. История курортологии и рекреационные основы курортного дела

Занятие 1. История курортологии и основные этапы развития курортного дела (2 часа)

План

1. Основные периоды развития курортного дела: Стихийно-эмпирический период (Древние – Средние века) – курортные факторы как средство гигиены и санитарии. Отдельные разрозненные эмпирические попытки природного лечения;

2. Научно-курортологический период (XVI-XVIII вв.) Зарождение и развитие научных основ курортологии. Включение курортологии в медицинскую практику.

3. Возникновение первых курортов и подходов к их эксплуатации.

4. Коммерческий подход (XIX – нач. XX в.). Бурное развитие курортов на коммерческой основе.

5. Дифференцированный подход (XX в.). Разделение подходов к курортному делу на коммерческий и социальный.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины и рекреационных основах курортологии; умений проводить исследование различных сегментов рынка курортных предложений и текущих событий и стратегий, на овладение навыками практической разработки и внедрения различных видов стратегий и предложений по внедрению активных видов оздоровления; и формирование компетенций УК-2, ПК-6, ПК-9.

Занятие 2. Курортно-рекреационные ресурсы Российской Федерации (2 часа).

План

1. Рекреационное районирование, особенности и возможности использования.

2. Типы территориальных рекреационных систем. Аспекты рекреационного районирования.

3. Районообразующие признаки: функциональная структура, показывающая, на какой вид туризма ориентирована данная территория; степень рекреационной освоенности (развитости) района; степень открытости района; перспективность района.

4. Организация санаторно-курортного дела в России и за рубежом.

5. Характеристика и анализ различных показателей рекреационных районов. Краткая курортологическая характеристика каждой рекреационной зоны Российской Федерации.

6. Анализ географической карты РФ.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины и рекреационных основах курортологии; умений проводить исследование различных сегментов рынка курортных предложений и текущих событий и стратегий, на овладение навыками практической разработки и внедрения различных видов стратегий и предложений по внедрению активных видов оздоровления; и формирование компетенций УК-2, ПК-6, ПК-9.

Модуль 2. Лечебные природно-климатические факторы

Занятие 3. Грязелечение в курортной практике (2 часа).

План

1. Наиболее известные курорты грязелечения в Российской Федерации: общая характеристика. Евпатория, Ессентуки, Железноводск, Марциальные Воды, Нарочь, курорты Одессы, Паратунка, Пятигорск, Саки, Самоцвет, Сольвычегодск, Старая Русса, Феодосия и др.

2. Санаторно-курортные учреждения Европы. Общая характеристика лечебных природно-климатических факторов для организации грязелечения.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины и рекреационных основах курортологии; умений проводить исследование различных сегментов рынка курортных предложений и текущих событий и стратегий, на овладение навыками практической разработки и внедрения различных видов стратегий и предложений по внедрению активных видов оздоровления; и формирование компетенций УК-2, ПК-6, ПК-9.

6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Содержание работы	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Модуль 1. История курортологии и рекреационные основы курортного дела				
1.	Курортология как наука и учебная дисциплина.	7	Опрос, тестирование	5-6 семестр
2.	История курортологии и основные этапы развития курортного дела.	7	Ответы на вопросы	5-6 семестр
3.	Курортно-рекреационные ресурсы Российской Федерации.	7	Защита реферата	5-6 семестр
4.	Рекреационные основы курортного дела.	7	Защита реферата, подготовка презентации	5-6 семестр
Модуль 2. Лечебные природно-климатические факторы				
5.	Лечебные минеральные воды.	7	Конспект	5-6 семестр
6.	Грязелечение в курортной практике.	7	Опрос	5-6 семестр

7.	Основы климатологии и ландшафтной рекреалогии.	7	Ответы на вопросы	5-6 семестр
8.	Преформированные и редкие лечебные курортные факторы.	7	Конспект	5-6 семестр
9.	Активные виды оздоровления.	7	Опрос	5-6 семестр
Модуль 3. Регулирование курортной деятельности				
10.	Управление курортами и формы курортной деятельности в Российской Федерации.	7	Опрос, защита реферата (проекта)	5-6 семестр
11.	Правовые аспекты регламентации деятельности санаторно-курортных организаций.	7	Ответы на вопросы	5-6 семестр
12.	Лечебный туризм и мировые курорты.	8	Опрос, защита реферата (проекта)	5-6 семестр
	Итого	**85**		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к экзамену.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом у

студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат. В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-2, ПК-6, ПК-9		Знает (пороговый уровень) понятийный аппарат учебной дисциплины, рекреационные основы курортологии; историю развития курортного дела; курортно-рекреационные ресурсы; мировые курорты и их характеристику; тенденции развития лечебно-оздоровительного туризма. Умеет (стандартный уровень) проводить исследование различных сегментов рынка курортных предложений и текущих событий и стратегий, реализуемых организациями (предприятиями) лечебно-оздоровительного туризма; анализировать и интерпретировать технологическую и иную информацию, содержащуюся в отчетности курортных предприятий различных форм собственности; моделировать ситуации лечебно-оздоровительного обслуживания в курортных комплексах. Владеет опытом (эталонный уровень) навыками практической разработки и внедрения различных видов стратегий и предложений по внедрению активных видов оздоровления; проведения оценки курортного потенциала и системы реабилитации и оздоровления конкретного региона (лечебно-

		оздоровительного учреждения); формирования алгоритмов и этапов реализации процесса оказания лечебно-оздоровительных услуг.

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

В процессе изучения учебной дисциплины применяются следующие формы контроля:

- текущий контроль качества усвоения знаний проводится регулярно в течение всего семестра. Включает в себя: письменные работы; устный опрос; защита рефератов; тестирование; подготовка видеороликов и презентаций по темам дисциплины);

- итоговый контроль качества усвоения знаний: знать теоретический материал в соответствии с программой, сдать экзамен по пройденным темам. Экзамен – 6 семестр.

Тестовые задания по дисциплине «Курортология»

Модуль 1.

1. Установите соответствие между составляющими курортной медицины и сроками их развития:

1. Лечебная
2. Реабилитационная
3. Рекреационная

1. 90-е годы XX века - 2000 годы XXI века
2. 40 -80-е года XX века
3. 20- 40-е года XX века

2. Установите соответствие между этапами развития курортного дела в России:

1. Начальный
2. Предпринимательский
3. Советский
4. Переходный

1. Середина XIX века-1917 год
2. 1917-1991 года
3. С 1992г
4. XVIII-XIX век

3. Последовательность этапов оценки курортно-рекреационных ресурсов:

1. определение критериев оценки
2. разработка параметров оценочных шкал градаций
3. выделение объектов оценки
4. выделение субъекта

4. Последовательность периодов развития курортного дела:

1. дифференцированный
2. стихийно-эмпирический
3. коммерческий
4. научно-курортологический

5. Последовательность появления курортных сооружений в странах:

1. Россия
2. Индия
3. Европа
4. Греция

6. Последовательность этапов эксплуатации природных лечебных ресурсов (грязи, минеральных вод):

1. :резервирование
2. термоподготовка
3. лечебное применение
4. добыча
5. транспортировка

7. Последовательность возникновения научных дисциплин:

1. курортография
2. курортное дело
3. курортология

8. Цель курортного дела:

1. Укрепление здоровья населения
2. Восстановление трудовых ресурсов
3. Развитие курортов

9. Общая тенденция развития рекреации в мире:

1. Сокращение сезонности функционирования рекреационных предприятий
2. Приближение мест отдыха к центрам рекреационного спроса
3. Формирование систем кратковременного отдыха горожан

10. Тип оценки природных ресурсов:

1. Медико-биологический
2. Психолого-эстетический
3. Технологический

11. Коммерческий период развития курортного дела характеризует:

1. Использование курортов не только для лечения, но и для времяпрепровождения
2. Применение преимущественно с целью гигиены и санитарии

12. Страна, где получил распространение такой тип лечебно-профилактических учреждений, как санаторий-профилакторий:

1. Чехия,
2. Китай,
3. Франция,
4. СССР

13. Первый Российский курорт:

1. Железноводск,
2. Кисловодск,
3. Белокуриха,
4. Марциальные Воды

14. Установите соответствие названия науки к ее содержанию:

1. Бальнеология
2. Гелиология
3. Аэрология
4. Талассология
5. Диетология

1. о солнце
2. о воздухе
3. о питании
4. о море
5. о минеральных водах

15. Привыкание организма к факторам внешней среды носит название:

1. Медико-биологическая функция рекреации
2. Адаптация
3. Санаторно-курортное лечение и оздоровление

16. Комплекс мероприятий по организации, управлению курортами, обеспечению лечения и сервисного обслуживания граждан

1. Физиотерапия,
2. культурно-познавательный туризм,
3. курортология,
4. курортное дело

17. Медицинская научная дисциплина, изучающая целебные свойства природных и преформированных физических факторов, возможности их использования для лечения и оздоровления.

1. Физиология
2. Экология
3. Терапия
4. Курортология

18. Временный выезд с постоянного места жительства в лечебно-оздоровительных целях.

1. Лечебный туризм
2. Спортивный туризм
3. Паломнический туризм
4. Сельский туризм

19. Установите соответствие вида лечения его содержанию:

1. Пелоидотерапия
2. Керосотерапия
3. Гелиотерапия
4. Спелеотерапия
5. Гидротерапия
6. Бальнеотерапия

1. лечение погодой
2. лечение солнцем
3. лечение в пещерах
4. лечение пресной водой
5. лечение минеральной водой
6. лечение грязями

20. Установите соответствие рекреационных зон России и областей:

1. Европейский Север
2. Центр России
3. Юг России
4. Азиатский Север
5. Юг Сибири
    1. Тамбовская область
    2. Омская область
    3. Архангельская область
    4. Республика Саха
    5. Калининградская область

Модуль 2

1. **Установите соответствие между составляющими курортной медицины и сроками их развития:**

Лечебная
20 - 40-е года XX века
Реабилитационная
40 - 80-е года XX века
Рекреационная
90-е годы XX века - 2000 годы XXI века
20 - 40-е года XIX века
40 - 80-е года XIX века

2. **Установите соответствие между этапами развития курортного дела в России:**

Начальный
XVIII - XIX века
Предпринимательский
середина XIX века - 1917 год
Советский
1917 -1991 года
Переходный
с 1992 года
I - II век
III - V век

3. **Последовательность этапов оценки курортно-рекреационных ресурсов**:

1: выделение объектов оценки
2: выделение субъекта

3: определение критериев оценки
4: разработка параметров оценочных шкал градаций

4. Последовательность периодов развития курортного дела:

1: стихийно-эмпирический
2: научно-курортологический
3: коммерческий
4: дифференцированный

5. Последовательность изучения вопросов бальнеологии врачами древности в хронологическом порядке:

1: Геродот
2: Гиппократ
3: Архиген

6. Последовательность появления курортных сооружений в странах:

1: Индия
2: Греция
3: Европа
4: Россия

7. Последовательность этапов эксплуатации природных лечебных ресурсов (грязи, минеральных вод):

1: добыча
2: транспортировка
3: резервирование
4: термоподготовка
5: лечебное применение

8. Последовательность возникновения научных дисциплин:

1: курортология
2: курортное дело
3: курортография

9. Цель курортного дела:

1. Укрепление здоровья населения
2. Восстановление трудовых ресурсов
3.Развитие курортов

10.Общая тенденция развития рекреации в мире:

1.Сокращение сезонности функционирования рекреационных предприятий
2.Приближение мест отдыха к центрам рекреационного спроса
3.Формирование систем кратковременного отдыха горожан

11.Тип оценки природных ресурсов:

1.Медико-биологический
2.Психолого-эстетический
3. Технологический

12.Коммерческий период развития курортного дела характеризует:

1.Использование курортов не только для лечения, но и для времяпрепровождения

13.Стихийно-эмпирический период развития курортного дела характеризует:

Применение преимущественно с целью гигиены и санитарии

14.Переходный этап развития курортного дела в России характеризует:

Формирование рынка курортных услуг

15.Страна, где получил распространение такой тип лечебно-профилактических учреждений, как санаторий-профилакторий:

СССР

16.Первый Российский курорт:

Марциальные Воды

17.Установите соответствие названия науки к ее содержанию:

Бальнеология

о минеральных водах

Гелиология

о солнце

Аэрология

о воздухе

Талассология

о море

Диетология

о питании

18.Последовательность разновидностей заболеваний у населения России в порядке снижения показателей:

1: Органы дыхания

2: Заболевания нервной системы

3: Органы пищеварения и нарушение обмена веществ

19.Последовательность факторов, влияющих на здоровье, в порядке возрастания их доли:

1: деятельность медицинских учреждений

2: состояние окружающей среды

3: генетические факторы

4: образ жизни людей

20.Привыкание организма к факторам внешней среды носит название:

Адаптация

21.Медико-биологическая функция рекреации:

Санаторно-курортное лечение и оздоровление

22.Комплекс мероприятий по организации, управлению курортами, обеспечению лечения и культурно-бытового обслуживания граждан

курортное дело

23.Медицинская научная дисциплина, изучающая целебные свойства природных и преформированных физических факторов, возможности их использования для лечения и оздоровления.

Курортология

24. Временный выезд с постоянного места жительства в лечебно-оздоровительных целях

Лечебный туризм

25.Совокупность общегосударственных лечебно-профилактических мер

Охрана здоровья

26.Функциональная многоотраслевая подсистема национального хозяйства, предполагающая взаимосвязь, взаимодействие здравоохранения и сфер деятельности по охране и укреплению здоровья.

Индустрия здоровья

27.Система знаний и практической деятельности, направленных на восстановление функциональных резервов человека путем применения немедикаментозных методов.

Восстановительная медицина

28.Компенсация нарушенных функций, возвращение дееспособности, восстановительное лечение и вторичная профилактика заболеваний.

Медицинская реабилитация

29.Удаление токсических веществ из организма

Эндоэкологическая реабилитация

30.Восстановление трудовых навыков, переобучение, решение вопросов трудоустройства

Профессиональная реабилитация

31.Многолетний режим погоды определенной местности:

Климат

32.Оживление отдыха и организация непосредственных впечатлений от личного участия в мероприятиях:

Анимация

33. Установите соответствие между фактором, определяющим здоровье человека, и процентным соотношении его вклада (по данным ВОЗ):

50 Образ жизни

10 Медицина

20-25 Наследственность

15-20 Экология

34.Установите соответствие вида лечения его содержанию:

Пелоидотерапия

лечение грязями

Керосотерапия

лечение погодой

Гелиотерапия

лечение солнцем

Спелеотерапия

лечение в пещерах

Гидротерапия

лечение пресной водой

Бальнеотерапия

лечение минеральной водой

35. **Установите соответствие между реакцией минеральной воды и ее действием:**

Щелочная

смягчающее
Кислая
дубящее

36. Установите соответствие между методикой приема минеральной воды и ее действием:

Натощак за 1 — 1,5 часа до приема пищи
тормозит желудочную секрецию
За 10 — 15 минут до еды или вместе с едой
стимулирует желудочную секрецию
Питье холодной воды
усиливает перистальтику желудочно-кишечного тракта

37. Установите соответствие между видами лечебной грязи и температурой ее нагревания для использования:

Сульфидные
44 С
Сапропелевые
46 С
Торфяные
48 С

38. Установите соответствие между видом климата и его действием на организм человека:

Пустынь
секреторное, дегидратирующее, сосудорасширяющее
Степей
секреторное, снижает давление, анаболическое, термоадаптивное
Тропиков и субтропиков
седативное, бронходренирующее, муколитическое, секреторное
Лесов
седативное, бронходренирующее, гипотоническое, бактерицидное
Гор
регенеративное, катаболическое, детоксикационное, гемостимулирующее, бактерицидное
Тундры

39. Установите соответствие между номером диеты и заболеванием:

№1
желудка и 12-перстной кишки
№5
печени и желудочного пузыря
№7 и №10
сердечно-сосудистой системы и почек
№8
при избыточном весе
№9
при сахарном диабете

40. Установите соответствие между нетрадиционным методом лечения и его характеристикой:
Нафталанолечение
применение лечебной нефти
Псаммотерапия
метод лечения нагретым песком
Пантолечение
применение целебных продуктов, получаемых из рогов марала
Энотерапия
винолечение
Апитерапия
лечебное воздействие пчелиного яда
41. Последовательность бальнеологических процедур в порядке увеличения воздействия на организм:
1: питье
2: орошения
3: местные ванны
4: общие ванны
5: купание в бассейне
42. Последовательность ветровых режимов в порядке увеличения скорости ветра:
1: штиль
2: тихий ветер
3: легкий ветер
4: слабый ветер
43. Последовательность теплоощущений человека в порядке снижения эквивалентно-эффективной температуры:
1: перегрев
2: комфортное
3: прохладное
4: холодное
44. Последовательность закаливающих процедур в порядке увеличения воздействия на организм:
1: полоскание горла
2: ножные ванны
3: обтирание тела
4: обливание
5: купание
45. Последовательность возникновения систем лечебного питания в российской курортной практике:
1: разработка отдельных лечебных столов
2: групповая заказная система
3: питание по типу «шведский стол»
46. Природные лечебные факторы, по которым различают типы лечебно-курортной рекреации:

1.Климат, грязи, минеральные воды
2.Газовые углекислые ванны используются для:
3. Тренировки нервно-сосудистого аппарата

47. Критерии оценки минеральных вод:

1.Газовый состав
2.Газонасыщенность
3. Температура
4. Минерализация
5. Радиоактивность

48. Кислая или щелочная реакция минеральной воды определяется:

Концентрацией водородных ионов

49**. Минеральные воды оказывают на организм следующее воздействие:**

1.Температурное
2. Химическое
3.Гидростатическое
4.Радиоактивное

50. Структура лечебной грязи:

Грязевой раствор, остов, коллоидный комплекс

51. Пелоиды образуются под воздействием:

Микроорганизмов

52. Фактор, используемый в климатотерапии:

1. Метеорологические условия в привычном для пациента климате
2. Специальные климатические воздействия
3.Влияние смены климата

53.Энерготраты организма в санаторно-курортных условиях:

Возрастают

54. Курорт, где в качестве основного лечебного фактора используются природные минеральные воды.

Бальнеологический курорт

55**. Лечение грязями**

Пелоидотерапия

Модуль 3.

1. **Установите соответствие между типом учреждения и его характеристикой:**

Профилакторий
оздоровительное учреждение для ослабленных людей или для долечивания обычно во время после работы
Санаторий
лечебно-профилактические учреждения с использованием курортных факторов
Здравпункты
медицинские учреждения на промышленных предприятиях или в сельской местности
Клиники

медицинские учреждения, где осуществляется стационарное лечение и научно-исследовательская работа

2. **Установите соответствие типов технологий восстановительной медицины и применяемых методов:**

1.Диагностический
метод паспортизации
2.Корригирующий
физиотерапия
3.Информационно-обучающий
лекции и компьютерные программы

3. **Установите соответствие рекреационных зон России и областей:**

Европейский Север
Архангельская область
Центр России
Калининградская область
Юг России
Тамбовская область
Азиатский Север
Республика Саха
Юг Сибири
Омская область

4. **Установите соответствие между видами минеральных вод и местом их добычи:**

Углекислые
Боржоми
Сероводородные
Горячий Ключ
Радоновые
Белокуриха

5. **Установите соответствие между названием курорта и страной, где он находится:**

Висбаден
Германия
Балатон
Венгрия
Карловы Вары
Чехия
Свиноуйсьце
Польша
Иванич-Град
Хорватия
Спа
Бельгия
Бат
Великобритания

6. **Установите соответствие между курортом и уровнем его значения**:

Белокуриха
федеральный
Курорты Забайкалья
региональный
Красноярско-Чернолученская зона
местный

7. **Установите соответствие между видом двигательной активности на курорте и направлением ее организации:**

Водный спорт
спортивно-массовая работа
Терренкур
лечебная физическая культура

8. **Установите соответствие между курортным городом и страной:**

Мамонт-Спрингс
Америка
Эйн-Бокек
Израиль
Бадгастаин
Австрия
Баден
Швейцария
Карловы Вары
Чехия
Баден-Баден
Германия
Золотой берег
Австрия
Хургада
Египет
Агадир
Марокко

9. **Установите соответствие между местом и видом добываемых там лечебных грязей:**

Озеро Молтаево (Свердловская область)
сапропелевые
Озеро Горелое (Калининградская область)
торфяные
Озеро Тамбукан (Ставропольский край)
сульфидные иловые
Остров Сахалин
сопочные

10. **Последовательность курортов в порядке государственной значимости:**

1: Белокуриха

2: курорты Забайкалья
3: курорты Омской области

11.Последовательность действий при прибытии клиента на санаторно-курортное лечение:

1: прием
2: размещение
3: консультация врача
4: определение лечебного стола

12.В восстановительной медицине используют технологии:

Диагностические
Корригирующие
Информационно-обучающие

13.Особенности санаторно-курортной системы в современной России:

Сезонность функционирования курортов
Тенденция к сокращению сроков пребывания на курортах

14.Улучшение состояния при хроническом течении заболевания:

Ремиссия

15.Установите соответствие между терминами и его содержанием:

1: Ремиссия
улучшение состояния при хроническом течении заболевания
2: Рекреация
восстановление физических и психических сил
3: Реабилитация
восстановление организма после болезни или травмы

16.Факторы, используемые в восстановительной медицине:

Адекватное питание
Природные факторы
Преформированные факторы
Климат

17.Установите соответствие:

Ежедневная программа анимации
спортивные игры и соревнования для взрослых, детские программы и вечерние шоу-программы.
Праздничная программа
крупные мероприятия (фестивали, конкурсы, тематические дни и т.д.).
Корпоративная анимация
новогодние программы, выпуск стенгазеты, спортивно-игровые мероприятия.

18.Установите соответствие между органом управления курортами и его уровнем:

Минздравсоцразвития России
высший уровень
Департамент управления санаторно-курортным делом
средний уровень
Санаторно-курортные учреждения
микроуровень

19.**Установите соответствие между видом деятельности на курорте и характером источника доходов:**
Лечебная
прямой источник доходов
Анимационная
косвенный источник доходов
20.Последовательность этапов реабилитации:
1: больничный
2: амбулаторный
3: санаторно-курортный
21.**Последовательность этапов курортной реабилитации:**
1: обследования в целях выявления здоровья
2: системное оздоровление
3: контроль качества и эффективности реабилитации
22.**Последовательность видов двигательной деятельности, используемых в санаторно-курортных условиях, в порядке возрастания физического воздействия на организм человека:**
1: пешеходная прогулка
2: терренкур
3: лечебная гимнастика
4: плавание
5: танцевальная аэробика
23.**Последовательность режимов лечебно-оздоровительных мероприятий на курорте в порядке возрастания интенсивности:**
1: щадящий
2: тонизирующий
3: тренирующий
24.Последовательность упражнений в утренней гимнастике:
1: упражнения на потягивание
2: упражнения для суставов плечевого пояса
3: упражнения для туловища
4: упражнения для нижних конечностей
5: бег или прыжки
6: дыхательные упражнения
25. **Последовательность видов двигательной деятельности в порядке возрастания эмоционального воздействия на организм:**
1: пешеходная прогулка
2: плавание
3: танцевальная аэробика
4: баскетбол
26. Последовательность разработки анимационной программы:
1: определение цели и задач
2: подбор средств и методов
3: составление сценария
4: составление сметы

27. **Последовательность восстановительного лечения пациента:**
1: стационарное
2: амбулаторное
3: санаторно-курортное
28. **Особенности лечебного туризма**
Пребывание на любом курорте должно быть не менее 3-х недель
Лечение стоит дорого
В основном едут на курорт люди старшей возрастной группы
29. В отечественном здравоохранении выделяют … этапа (ов) реабилитации:
30. Лечебно-профилактические учреждения делятся на:
Амбулаторные и стационарные
31. Общее руководство над питанием пациентов на курорте осуществляет:
Главный врач санатория
32.**Комплекс лечебно-профилактических учреждений на куро**рте
Курортное хозяйство

Темы рефератов

1. Государственная политика в сфере курортного дела.
2. Современные формы и методы функционирования различных курортов.
3. Лечебно-оздоровительные местности, округа, режимные наблюдения в Российской Федерации.
4. Курортно-рекреационные ресурсы Российской Федерации.
5. Реабилитационный потенциал и системы реабилитации в условиях современного курорта.
6. История развития курортного дела на Черноморском побережье Кавказа.
7. Курорты Российской Федерации в общей системе здравоохранения и туризма.
8. Система рекреационных организаций в современных условиях.
9. Организация оздоровления детей на современном курорте.
10. Социально-экономическая эффективность санаторно-курортного оздоровления.
11. Курортная инфраструктура, основные задачи, особенности функционирования.
12. Перспективы направления развития санаторно-оздоровительного отдыха на курортах Российской Федерации.
13. Особенности Краснодарского курортного региона (лечебные природные факторы, курорты, принципы управления и функционирования).
14. Экологический режим на курортах.
15. Организация и принципы использования физических факторов в курортном деле.
16.Экономическое районирование и зонирование курортно-рекреационного потенциала Российской Федерации.

17. Курорты России как центры оздоровительного отдыха.
18. Современные требования и особенности функционирований детских курортов.
19. Медико-климатические воздействия на организм человека в курортных и внекурортных условиях.
20. Факторы здоровья и работоспособности человека в санаторно-курортном оздоровлении различных возрастных групп населения.
21. Государственная охрана здоровья и роль санаторно-курортной отрасли.
22. История зарождения основ использования естественных сил природы и первые подходы к обоснованию водолечения, диетики и народного врачевания.
23. Европейский этап развития курортов.
24. История развития курортного дела на американском континенте.
25. Управление лечебно-профилактической деятельностью курортных организаций.
26. Современный санаторий – качество и экономические проблемы, проблемы лечебно-профилактических мероприятий.
27. Принципиальные подходы к лечению, реабилитации и оздоровлению хронически больных и практически здоровых лиц в курортных учреждениях.
28. Приморские курорты России: перспективы развития, использование естественных факторов в современных оздоровительных технологиях.
29. Горноклиматические курорты России: перспективы развития; использование естественных факторов в современных оздоровительных технологиях.
30. Бальнеологические курорты России: перспективы развития использование естественных факторов в современных оздоровительных технологиях.
31. Грязевые курорты России: перспективы развития, использование естественных факторов в современных оздоровительных технологиях.
32. Курорты России с особыми природными факторами: перспективы развития, использование естественных факторов в современных оздоровительных технологиях.
33. Система физической терапии курортной рекреации и реабилитации.
34. Факторы риска заболеваний и использование интегрированных программ профилактики в условиях курорта.
35. Специализированные курорты и специализированные курортные учреждения Российской Федерации в современных условиях.
36. Организация активного отдыха для различных слоев населения на современном курорте.
37. Современные требования и особенности обслуживания лип пожилого возраста в условиях курорта.
38. Социальные программы в современном курортном деле Российской Федерации.
39. Добыча, кондиционирование, транспортировка и использование природных минеральных вод.

Вопросы к экзамену по дисциплине «Курортология»

1. Курортное дело и курортология, основные задачи, направления.
2. Место санаторно-курортного комплекса в системе оказания услуг населению Российской Федерации.
3. Место курортологии в системе здравоохранения.
4. Особенности организации курортного дела в России и за рубежом.
5. Курортный комплекс Российской Федерации, составляющие, характеристика, потребности населения Российской Федерации в курортном оздоровлении.
6. Классификация курортных факторов, механизм их лечебно-оздоровительного действия. Типы курортов.
7. Современные представления о взаимодействии организма с окружающей средой.
8. Биосоциальные основы здоровья и болезней.
9. Потребности в санаторно-курортном оздоровлении и лечении жителей Российской Федерации.
10. Санаторно-курортная система в реализации мероприятий восстановительной медицины.
11. Лечебный и оздоровительный туризм, современное состояние и особенности.
12. Реабилитация, цели, задачи, значение в условиях курорта.
13. Основные реабилитационные комплексы и мероприятия.
14. Основные принципы и подходы по оптимизации реабилитационной помощи населению.
15.Рекреация: понятие, особенности в условиях курортного оздоровления, основные задачи.
16. Рекреационно-реабилитационные циклы системного курортного оздоровления, технологические приемы, методы, подходы.
17. История зарождения основ использования естественных сил природы в первобытном и рабовладельческом строе.
18. Формирование принципов защиты природно-климатических факторов и их использование в оздоровительных целях в античном мире.
19. Особенности развития курортного дела в Европе и Азии.
20. Формирование первых «народных» курортов и их упадок в период Средневековья. Новый этап развития курортов в Европе.
21. Роль Петра I в развитии курортного дела в России.
22. История российских курортов в начале XX в. и в период до 1914 г.
23. Развитие курортов в годы Великой Отечественной войны и в период послевоенного восстановления и развития народного хозяйства.
24. Советский этап развития курортного дела.
25. Современный этап развития курортного дела, характеристика, особенности.
26. Курортно-рекреационные ресурсы, свойства, происхождение, назначение.

27. Природные лечебные ресурсы Российской Федерации, понятия, особенности.
28. Минеральные воды как основной природный лечебный фактор.
29. Лечебные грязи, значение как природного лечебного фактора.
30. Рекреационное районирование, критерии формирования и использования различных типов рекреационных систем.
31. Рекреационные зоны Российской Федерации и экономическое районирование и зонирование курортно-рекреационного потенциала Российской Федерации, их отличие.
32. Минеральные воды, происхождение, использование в оздоровительных целях.
33. Минеральные воды, классификация, использование для внутреннего применения.
34. Лечебные грязи, происхождение, классификация. Особенности применения.
35. Климатотерапия, классификация, общие принципы действия, организация в условиях курортного оздоровления.
36. Климат, погода, медицинская климатология, механизм действия погодных факторов на организм.
37. Метеотропные реакции, их профилактика в условиях санаторно-курортного оздоровления.
38. Аэротерапия, виды, механизмы действия, использование в санаторно-курортном оздоровлении, особенности дозирования.
39. Гелиотерапия, механизм действия, принципы организации в теплый и холодный период года.
40.Понятие о ландшафтной рекреалогии.
41. Основы взаимодействия организма с физическими факторами. Классификация физических факторов, применяемых в физиотерапии.
42. Преформированные физические факторы, механизм действия факторов электромагнитной природы.
43. Преформированные физические факторы, механизм действия механических факторов.
44. Применение редких и нетрадиционных методов лечения.
45. Гидротерапия, механизм действия, показания, противопоказания.
46. Особенности использования механического фактора пресной воды в лечебно-оздоровительных целях.
47. Особенности использования теплового фактора пресной воды в лечебно-оздоровительных целях.
48. Лечебно-оздоровительный процесс на курорте, методы, принципы, особенности.
49. Организация работы санатория. Основные службы санаторно-курортных учреждений, технологические схемы жизнеобеспечения, оздоровления, развлечений.
50. Особенности организации службы питания в санаторно-курортных учреждениях. Понятие о диетотерапии.

51. Организация активного отдыха на курорте, виды, значение. •
52. Лечебная физкультура и спортивно-массовая работа в условиях санатория.
53. Организация досуга и развлечений на курорте.
54. Понятие об анимационной деятельности.
55. Охрана курортов.
56. Экологический и санитарно-гигиенический контроль на курорте, законодательные документы.
57. Требования к лечебно-оздоровительным местностям и курортам.
58. Основные законодательные документы, регламентирующие деятельность курортов.
59. Санаторно-курортный маркетинг. Основные понятия. Маркетинговый комплекс и его элементы. Работа с маркетинговой информацией.
60. Управление курортным делом на различных уровнях.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература:

1. Бурняшева, Л.А. Основы курортологии: учебное пособие [Электрон. ресурс] / Л.А. Бурняшева. - М.: КноРус, 2026. - 440 с. - Режим доступа: https://book.ru/book/959266.

2. Ветитнев, А.М. Лечебный туризм: учебное пособие / А.М. Ветитнев, А.С. Кусков. – М.: ФОРУМ, 2010. – 592 с.

3. Макеева, В.С. Теория и методика физической рекреации: учебное пособие / В.В. Бойко, В.С. Макеева. – М.: Советский спорт, 2014. – 152 с. – Режим доступа: http://rucont.ru/efd/279286.

Дополнительная литература:

1. Аницоева, Л.К. Основы спортивно-оздоровительного туризма: учебное пособие [Электрон. ресурс] / Л.К. Аницоева. - М.: КноРус, 2025. - 159 с. - Режим доступа: https://book.ru/book/955358.

2. Бабкин, А.В. Специальные виды туризма: учеб. пособие / А.В. Бабкин. – М.: Советский спорт, 2008. – 105 с. – Режим доступа: https://rucont.ru/read/ 983728file=271101&f=983728.

3. Велединский, В.Г. Спортивно-оздоровительный сервис: учебник / В.Г. Велединский. – М.: КноРус, 2016. – 216 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/920699.

4. Ветитнев, А.М. Организация санаторно-курортной деятельности (Ростуризм): учебник / А.М. Ветитнев, Я.А. Войнова. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 270 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919722.

5. История туризма (Ростуризм): учебник / Под ред. Ю.С. Путрика. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 254 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919711.

6. Корабейников, И.Н. Технологии туристско-рекреационного проектирования и освоения территорий: учеб. пособие / Ю.Е. Холодилина, Оренбургский гос. ун- т, И.Н. Корабейников. – Оренбург: ОГУ, 2016. – 103 с.: ил. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/468910.

7. Косолапов, А.Б. Теория и практика экологического туризма: учебное пособие / А.Б. Косолапов. – М.: КноРус, 2017. – 229 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/922715.

8. Кружалин, В.И. География туризма (Ростуризм): учебник / В.И. Кружалин, Н.С. Мироненко, Н.В. Корн, Н.В. Шабалина. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 328 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919719.

9. Кусков, А.С. Основы туризма: учебник / А.С. Кусков, Ю.А. Джаладян. – М.: КноРус, 2016. – 396 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/918076.

10. Теория и методика спортивного туризма: учебник / ред.: В.А. Таймазов, ред.: Ю.Н. Федотов. – М.: Советский спорт, 2014. – 424 с.: ил. – Режим доступа: http://rucont.ru/efd/271139.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru
4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel

6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru

8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
10. Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

В качестве основных форм организации учебного процесса по дисциплине «Курортология» в предлагаемой методике обучения выступают лекционные и практические (семинарские) занятия, а также самостоятельная работа студентов.

На лекциях излагаются темы дисциплины, предусмотренные рабочей программой, акцентируется внимание на наиболее принципиальных и сложных вопросах дисциплины, устанавливаются вопросы для самостоятельной проработки. Конспект лекций является базой при подготовке к семинарским занятиям, к экзаменам, а также самостоятельной научной деятельности.

Изложение лекционного материала рекомендуется проводить в мультимедийной форме (презентаций). Смысловая нагрузка лекции смещается в сторону от изложения теоретического материала к формированию мотивации самостоятельного обучения через постановку проблем обучения и показ путей решения профессиональных проблем в рамках той или иной темы. При этом основным методом ведения лекции является метод проблемного изложения материала

Семинарские занятия по дисциплине проводятся с целью приобретения практических навыков в решении задач, которые создают условия для развития комплексного стиля мышления, способствуют пространственному мышлению во временном аспекте, решению проблем профессиональной деятельности.

Семинарские занятия способствуют более глубокому пониманию теоретического материала учебного курса, а также развитию, формированию и становлению различных уровней составляющих профессиональной компетентности студентов. Основой семинарских занятий выступают типовые задачи, которые должен уметь решать специалист в области рекреации и туризма.

В связи с ограниченным количеством часов и фундаментальным значением данного курса существенная нагрузка выпадает на самостоятельную работу студента. Эта работа выполняется в произвольном временном режиме без непосредственного участия преподавателя. Освоение дисциплины осуществляется посредством интеграции аудиторной (лекционных и семинарских занятий) и самостоятельной работы.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы.

Литература по дисциплине в учебно-методическом комплексе представлена главным образом учебниками и учебными пособиями. Необходимо также широкое использование интернет-источников, периодических отечественных и зарубежных изданий. При подготовке к практическим занятиям (семинарам) познакомься с темой, обрати внимание на рассмотрении данной темы в курсе лекций. Если тема на лекции не рассматривалась, изучите предлагаемую литературу (это позволит Вам найти ответы на теоретические вопросы). После этого приступайте к выполнению практических заданий.

При подготовке к зачету по теоретической части выделите в вопросе главное, существенное (понятия, признаки, классификации и пр.), приведите практические примеры, иллюстрирующие теоретические положения. Варианты выполнения практических заданий предложите исходя из следующих критериев – «актуальность», «последовательность», «полнота», «креативность», «апробированность».

Объем самостоятельной работы может меняться самим студентом при изучении отдельных учебных элементов. В обязательную часть входит выполнение одного задания по каждому модулю (подготовка доклада, мультимедийного сообщения и т.д.).

В целях оптимизации образовательного процесса в рамках изучения дисциплины студентам предлагается следующая тактика:

- внимательно изучите программу дисциплины;
- оцените степень полезности освоения данной учебной дисциплины для своего профессионального роста;
- изучите материалы для аудиторной работы по дисциплине (тематическое содержание лекций, планы семинарских занятий, мультимедийное сопровождение занятий);
- изучите материалы для самостоятельной работы и сопоставьте предложенные задания с имеющимися у вас ресурсами (выполненные ранее работы по близкой теме, знакомство с конкретной технологией во время практики, наличие литературы по проблеме, предложенной в качестве предмета исследования, и т. д.);
- заведите электронную папку для Интернет-ресурсов, найденных Вами при подготовке к занятиям, соотнесите темы электронных материалов с вопросами контрольных работ и экзамена (это поможет Вам подготовиться к промежуточной и итоговой аттестации);
- выберите из проблемного поля курса интересующую вас тему для углубленного изучения (она может быть связана с вашей исследовательской деятельностью);
- найдите партнеров из числа сокурсников для выполнения групповых учебных заданий;
- в конце изучения каждого учебного элемента курса постарайтесь оценить результаты своей деятельности и сформулировать пожелания преподавателю по совершенствованию образовательного процесса.

При анализе нормативно-правового документа необходимо выделить те ценности и смыслы, которые позволяют видеть нормы жизни цивилизованного общества. Читая статью того или иного закона, надо соотнести ее содержание с реальной действительностью, подумать о путях ее реализации, о системе контроля за выполнением, об актуальности, значимости тех или иных сведений для конкретных лиц, возрастных групп. Важно не только знать, в каком нормативном документе дано разъяснение по тому или иному вопросу, но и как использовать получбенные знания.

По первому и второму модулям студентам следует усвоить, что лечебно-оздоровительный туризм занимает особое место в системе общемировых курортно-туристических отношений и более всего ценится возможность восстановить здоровье во время увлекательных туристских маршрутов

Выполнение самостоятельной работы предусматривает выполнение реферата (программы оздоровления, проекта) по одной из актуальных проблем в курортологии.

Выполнение работы проводится по следующей *примерной* структуре, которая может видоизменяться в зависимости от инновационной идеи студента:

1. Введение (цели и задачи исследования)
2. Актуальность
3. Описание региона исследования
4. Общее описание разработки (например, программа лечебно-оздоровительного тура)
5. Расчет стоимости новой программы оздоровления
6. Заключение
7. Список литературы

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine;

		A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на	16.08.2016	Интернет-браузер

	использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/		
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ВИДЫ И ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 4, 5
Семестр – 8, 9, 10
Итоговая форма контроля – экзамен (10 семестр)

Рабочую программу разработала:
Матвеева А.В., к.п.н., ст. преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта……... 3
2. Результаты обучения по дисциплине……. 3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП……. 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы……. 5
5. Содержание дисциплины…… 6
5.1 Количество часов по видам занятий…… 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий…… 7
5.2.1 Содержание лекционных занятий……. 7
5.2.2 Содержание семинарских занятий…… 8
6. Самостоятельная работа студентов…… 10
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации…. 12
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины…….. 12
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы……. 13
8. Перечень основной и дополнительной литературы……. 17
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины…… 18
9.1 Электронные библиотечные системы…….. 18
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы…… 19
10. Методические указания по освоению дисциплины…… 20
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины…… 23
12. Лицензионное программное обеспечение……... 24

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО 3++, по направлению подготовки **49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»** утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 943 от 19.09.2017 г., с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включают:

01 – Образование и наука (в сфере дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 – Культура, искусство (в сфере туризма, в сфере санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 – Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- педагогический;
- организационно-управленческий;
- научно-исследовательский;
- тренерский;
- организационно-методический;
- рекреационно-оздоровительный.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-7 – Способен к деятельности по организации, реализации и проведению экскурсионных услуг;

ПК-9 – Способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с

целью успешной реализации рекреационного-оздоровительного, спортивного туристского и фитнес продукта.

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты и код трудовой функции	Формируемые компетенции
Знания: Основные виды туристской деятельности; существующие классификации различных видов туристской деятельности; основную терминологию и особенную терминологию, понятия по спортивно-оздоровительным видам туризма; нормативно-правовую основу функционирования различных видов туризма; ресурсное обеспечение спортивно-оздоровительных видов туризма; основные тенденции и перспективы развития спортивно-оздоровительных видов туризма в мировой практике и в России.		ПК-7, ПК-9
Умения: Выделять и различать различные виды туризма и их взаимосвязи; проводить комплексный анализ потенциала регионов с выдачей рекомендаций по его дальнейшему использованию для спортивно-оздоровительных видов туризма; определять возможности разработки и развития различных туристских продуктов в различных видах туризма.		ПК-7, ПК-9
Опыт деятельности: Профессиональной аргументацией при обсуждении вопросов, касающихся видов и тенденций развития туризма; решать различные и характерные производственные проблемы туристской деятельности; проявлять изобретательность и способность к восприятию и освоению инноваций в туризме; подбирать и использовать на практике рациональные и современные		ПК-7, ПК-9

управленческие подходы.		

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Виды и тенденции развития спортивно-оздоровительного туризма» включена в часть, формируемую участниками образовательных отношений (Б1.В.05). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4-5 курсах, 8, 9, 10 семестрах по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля: экзамен. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: «Основы спортивно-оздоровительного туризма», «Теория и методика физической рекреации», «Рекреалогия».

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Трудоемкость дисциплины 144 часов, из них 16 часов аудиторной работы и 119 часов самостоятельной работы, аттестация – 9 часов.

Учебный процесс по курсу «Виды и тенденции развития спортивно-оздоровительного туризма» проводится в форме лекций, семинарских занятий и самостоятельной работы студентов.

Учет успеваемости ведется в виде микрозачетов по пройденным темам и итогового экзамена, проводимого в срок, установленный учебным планом. Экзамен выставляется за знание пройденных разделов теоретического курса и выполнение установленных требований по практической и самостоятельной работе.

Виды учебной работы	**Всего часов**	**Семестр**
Контактная работа преподавателя со студентами	16	8-10
Лекции	6	8-10
Практические занятия	10	8-10
Аттестация – экзамен	9	10
Самостоятельная работа	119	8-10
Общая трудоёмкость (часы)	144	8-10
Зачетные единицы	4	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ тем	Модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
			Лекции	Практич. занятия	Самост. работа
Модуль 1. Основные черты и проблемы развития мирового туризма.		**29**	**-**	**2**	**27**
1.	Международный туризм. Особенности формирования туристского спроса. География туристского спроса на российском рынке.	11	-	2	9
2.	Экономическая, демографическая, социальная обусловленность туризма.	9	-	-	9
3.	Социокультурное значение туризма. Роль туризма в предотвращении социокультурных проблем.	9	-	-	9
Модуль 2. Мотивационные основы формирования видов туризма.		**31**	**2**	**2**	**27**
4.	Основы мотивации. Классификация туризма по различным признакам.	11	2	-	9
5.	Социальные и психологические основы выбора вида туризма.	9	-	-	9
6.	Барьеры к путешествию.	11	-	2	9
Модуль 3. Организационные особенности при реализации различных видов туризма.		**22**	**2**	**2**	**18**
7.	Организационные аспекты постоянного контроля.	11	-	2	9
8.	Понятие туристских дестинаций, районов и центров. Определение, основные классификационные признаки.	11	2	-	9
Модуль 4. Организационные особенности и тенденции развития спортивно-оздоровительного туризма.		**53**	**2**	**4**	**47**
9.	Организационные особенности и	11	-	2	9

	тенденции развития водного туризма.				
10.	Основы развития лечебно-оздоровительного туризма.	9	-	-	9
11.	Организационные основы спортивного туризма.	11	2	-	9
12.	Организационные особенности горнолыжного туризма.	10	-	-	10
13.	Организационные особенности и тенденции развития горного туризма.	12	-	2	10
	Экзамен	**9**			
Всего:		**144**	**6**	**10**	**119**

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Модуль 2. Мотивационные основы формирования видов туризма

Лекция 1. Основы мотивации. Классификация туризма по различным признакам (2 часа)

Основы мотиваций. Классификация туризма по мотивам (основные и вспомогательные мотивации). Дополнительные классификации по географическому признаку, по способам транспортировки, по продолжительности поездки, по сезонам. Характеристика основных и вспомогательных мотиваций выбора программ туризма.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, на овладение навыками практической разработки и внедрения спортивно-оздоровительных видов туризма, а также на формирование профессиональных компетенций ПК-24, ПК-27.

Модуль 3. Организационные особенности при реализации различных видов туризма

Лекция 2. Понятие туристских дестинаций, районов и центров. Определение, основные классификационные признаки (2 часа).

Классификация туристских районов, центров, дестинаций; туристская дестинация как элемент туристской системы; взаимосвязь туристских мотиваций и появления новых дестинаций; основные элементы мест туристского назначения.

Литература: основная 1-4, дополнительная 1-5.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, на овладение навыками практической разработки и внедрения спортивно-оздоровительных видов туризма, а также на формирование профессиональных компетенций ПК-24, ПК-27.

Модуль 4. Организационные особенности и тенденции развития спортивно-оздоровительного туризма.

Лекция 3. Организационные основы спортивного туризма (2 часа)

Характеристика основных и вспомогательных мотиваций выбора программ спортивного туризма. Основные подвиды – горнолыжный туризм, дайвинг, серфинг, экстремальный и др. Потребители – социальные и психологические характеристики. Основные мировые центры развития спортивного туризма.

Литература: основная 1-4, дополнительная 9, 13.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, на овладение навыками практической разработки и внедрения спортивно-оздоровительных видов туризма, а также на формирование профессиональных компетенций ПК-24, ПК-27.

5.2.2 Содержание семинарских занятий

Модуль 1. Основные черты и проблемы развития мирового туризма.

Занятие 1. Международный туризм. Особенности формирования туристского спроса. География туристского спроса на российском рынке (2 часа).

Туризм как системный объект изучения. Определения международного туризма. Статистика международных туристских потоков. Особенности формирования туристского спроса на международном и российском рынке.

Литература: основная 1-4, дополнительная 1-13.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, на овладение навыками практической разработки и внедрения спортивно-оздоровительных видов туризма, а также на формирование профессиональных компетенций ПК-24, ПК-27.

Модуль 2. Мотивационные основы формирования видов туризма.

Занятие 2. Барьеры к путешествию (2 часа).

Определение и изучение барьеров туристов к путешествиям. Дополнительные классификации мотивов путешествий, систематизация мотивов.

Литература: основная 1-4.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, на овладение навыками практической разработки и внедрения спортивно-оздоровительных видов туризма, а также на формирование профессиональных компетенций ПК-24, ПК-27.

Модуль 3. Организационные особенности при реализации различных видов туризма.

Занятие 3. Организационные аспекты постоянного контроля (2 часа).

Поставщики услуг. Объекты размещения. Транспортные компании. Экскурсионные и трансферные организации. Документация туристской фирмы. Документы туристов. Договор с клиентом – как основной документ туристской фирмы. Организационные особенности (на основе договорных обязательств) – визовое обслуживание, обеспечение проездными документами, размещение, питание, страхование, экскурсионное обслуживание, дополнительные услуги.

Литература: основная 1-4.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, на овладение навыками практической разработки и внедрения спортивно-оздоровительных видов туризма, а также на формирование профессиональных компетенций ПК-24, ПК-27.

Модуль 4. Организационные особенности и тенденции развития спортивно-оздоровительного туризма.

Занятие 4. Организационные особенности и тенденции развития водного туризма (2 часа)

Водный туризм и его характерные особенности; классификация опасностей водного туризма; классификация плавательных средств в водном туризме; география водного туризма; перспективы развития водного туризма.

Литература: основная 1-4.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, на овладение навыками практической разработки и внедрения спортивно-оздоровительных видов туризма, а также на формирование профессиональных компетенций ПК-24, ПК-27.

Занятие 5. Организационные особенности и тенденции развития горного туризма (2 часа).

Горный туризм и его характерные особенности; классификация опасностей горного туризма; организация горного путешествия (похода); перспективы развития горного туризма.

Литература: основная 1-4.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, на овладение навыками практической разработки и внедрения спортивно-оздоровительных видов туризма, а также на формирование профессиональных компетенций ПК-24, ПК-27.

6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Содержание работы	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Модуль 1. Основные черты и проблемы развития мирового туризма				
1.	Международный туризм. Особенности формирования туристского спроса. География туристского спроса на российском рынке.	9	Опрос, тестирование	8-10 семестр
2.	Экономическая, демографическая, социальная обусловленность туризма.	9	Ответы на вопросы	8-10 семестр
3.	Социокультурное значение туризма. Роль туризма в предотвращении социокультурных проблем.	9	Конспект	8-10 семестр
Модуль 2. Мотивационные основы формирования видов туризма				
1.	Основы мотивации. Классификация туризма по различным признакам.	9	Конспект	8-10 семестр
2.	Социальные и психологические основы выбора вида туризма.	9	Опрос	8-10 семестр
3.	Барьеры к путешествию.	9	Опрос	8-10 семестр
Модуль 3. Организационные особенности при реализации различных видов туризма				
1.	Организационные аспекты постоянного контроля.	9	Опрос, защита реферата	8-10 семестр

2.	Понятие туристских дестинаций, районов и центров. Определение, основные классификационные признаки.	9	Конспект	8-10 семестр
Модуль 4. Организационные особенности и тенденции развития спортивно-оздоровительного туризма				
1.	Организационные особенности и тенденции развития водного туризма.	9	Защита рефератов	8-10 семестр
2.	Основы развития лечебно-оздоровительного туризма.	9	Конспект, опрос	8-10 семестр
	Организационные основы спортивного туризма.	9	Конспект	8-10 семестр
	Организационные особенности горнолыжного туризма.	10	Конспект	8-10 семестр
	Организационные особенности и тенденции развития горного туризма.	10	Конспект	8-10 семестр
	Итого	**119**		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к экзамену.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат. В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ПК-7, ПК-9		Знает (пороговый уровень) Основные виды туристской деятельности; существующие классификации различных видов туристской деятельности; основную терминологию и особенную терминологию, понятия по спортивно-оздоровительным видам туризма; нормативно-правовую основу функционирования различных видов туризма; ресурсное обеспечение спортивно-оздоровительных видов туризма; основные тенденции и перспективы развития спортивно-оздоровительных видов туризма в мировой практике и в России. Умеет (стандартный уровень) Выделять и различать различные виды туризма и их взаимосвязи; проводить комплексный анализ потенциала регионов с выдачей рекомендаций по его дальнейшему использованию для спортивно-оздоровительных видов туризма; определять возможности разработки и развития различных туристских продуктов в различных видах туризма. Владеет опытом (эталонный уровень) Профессиональной аргументацией при обсуждении вопросов, касающихся видов и тенденций развития туризма; решать

		различные и характерные производственные проблемы туристской деятельности; проявлять изобретательность и способность к восприятию и освоению инноваций в туризме; подбирать и использовать на практике рациональные и современные управленческие подходы.

В процессе изучения учебной дисциплины применяются следующие формы контроля:

- текущий контроль качества усвоения знаний проводится регулярно в течение всего семестра. Включает в себя: письменные работы; устный опрос; защита рефератов; тестирование; подготовка видеороликов и презентаций по темам дисциплины);

- итоговый контроль качества усвоения знаний: знать теоретический материал в соответствии с программой, сдать дифференцированный зачет по пройденным темам. Экзамен – 6 семестр.

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

Темы рефератов по дисциплине «Виды и тенденции развития спортивно-оздоровительного туризма»

1. Особенности и технология организации пляжного туризма.
2. Особенности и технология организации горнолыжного туризма.
3. Особенности и технология организации экскурсионного туризма.
4. Особенности и технология организации лечебно-оздоровительного туризма.
5. Особенности и технология организации религиозного туризма.
6. Особенности и технология организации делового туризма.
7. Особенности и технология организации речных круизов.
8. Особенности и технология организации морских круизов.
9. Особенности и технология организации экологического туризма.
10. Особенности и технология организации образовательного туризма.
11. Особенности и технология организации охотничьего туризма.
12. Особенности и технология организации сельского туризма.

Тестовые задания по дисциплине «Виды и тенденции развития спортивно-оздоровительного туризма»

(Тест содержат 15 вопросов и несколько вариантов ответов, из которых правильным может быть один или несколько)

1. Странами-лидерами пляжного туризма на российском туристическом рынке являются:

А. Португалия и Андорра
Б. Дания и Швеция
В. Чехия и Польша
Г. Турция и Египет
Д. Мексика и Бразилия
Е. Китай и КНДР

2. При въезде в Тунис для граждан РФ действует:

А. Ужесточенный визовый режим
Б. Упрощенный визовый режим
В. Шенгенская виза
Г. Специальная национальная тунисская многократная виза
Д. Специальная национальная тунисская групповая многократная виза
Е. Специальная национальная тунисская мультивиза

3. В Хаммамете находится крупнейший в Средиземноморье:

А. Парк развлечений Port Aventura
Б. Парк развлечений Гардаленд
В. Центр талассотерапии «Ройял Таласса»
Г. Центр винотерапии «Источники Кодали»
Д. Яхт-клуб «Fantasy»
Е. Аквапарк «Dream»

4. Популярными пляжными курортами Турции являются:

А. Хаммемет, Сусс, Сфакс
Б. Малага, Аликанте, Бенидорм
В. Анталия, Белек, Бодрум
Г. Хургада, Сафага, Шарм-эль-Шейх
Д. Форталеза, Порту-Алегри, Корковада
Е. Равенна, Пезаро, Анкона

5. Паммукале – это важный центр:

А. Событийного туризма
Б. Образовательного туризма
В. Охоты и рыбалки
Г. Лечебно-оздоровительного туризма
Д. Ностальгического туризма
Е. Сельского туризма

6. Курорты Гандия, Хавея, Бенидорм расположены в регионе:

А. Коста Брава
Б. Коста дель Маресме
В. Коста дель Гарраф
Г. Коста Дорада
Д. Коста Бланка
Е. Коста дель Соль

7. Учебными считаются:

А. «Зеленые» горнолыжные трассы

Б. «Синие» горнолыжные трассы
В. «Красные» горнолыжные трассы
Г. «Черные» горнолыжные трассы
Д. «Черные» горнолыжные трассы, обозначенные пунктирной линией
Е. Среди вышеперечисленных ответов нет правильного

8. Курорты, расположенные в Тироле, - это:

А. Китцбюэль
Б. Иглс
В. Цель ам Циллер
Г. Цель ам Зее
Д. Капрун
Е. Бадгасштайн

9. Стационарные экскурсионные туры – это:

А. Туры с посещением минимум 3 городов
Б. Туры с посещением минимум 5 городов
В. Туры с пребыванием туристов в одном городе или туристическом центре
Г. Туры с посещением минимум 2 стран
Д. Туры с посещением минимум 3 стран
Е. Среди вышеперечисленных ответов нет правильного

10. Религиозное паломничество – это:

А. Посещение и осмотр памятников культовой архитектуры
Б. Посещение религиозных святынь с целью поклонения и участия в религиозных обрядах
В. Посещение и осмотр архитектурных памятников Ватикана
Г. Посещение Тибета
Д. Посещение древних китайских монастырей
Е. Посещение православных церквей и храмов на территории РФ и за ее пределами

11. Экологический туризм – это:

А. Посещение ботанических садов и зоопарков в черте города
Б. Поездки в места с относительно нетронутой природой с целью наслаждения природой и, зачастую, добровольной помощи по ее охране
В. Посещение сельской местности
Г. Поездки на озера
Д. Поездки и восхождение на горы
Е. Посещение естественнонаучных городских музеев

12. Основными зонами экологического туризма являются:

А. Научный заповедник
Б. Заказник
В. Населенные пункты, расположенные в сельской местности
Г. Национальный парк
Д. Развлекательный тематический парк
Е. Ландшафтный и антропологический заповедники

13. Заказник – это:

А. Синоним термина «антропологический заповедник»
Б. Особо охраняемая природная территория, созданная для сохранения отдельных видов животных и растений
В. Синоним термина «национальный парк»
Г. Природная биотическая «лаборатория», предназначенная для сохранения естественных условий жизни конкретных этносов
Д. Синоним термина «ландшафтный заповедник»
Е. Зеленая зона в черте города

14. К разновидностям делового туризма относятся:
А. Индивидуальные деловые поездки (командировки)
Б. Посещение спортивных мероприятий в качестве зрителей
В. Посещение международных кинофестивалей в качестве зрителей
Г. Конгрессно-выставочный туризм
Д. Инсентив-туризм
Е. Посещение музыкальных фестивалей и фестивалей искусств в качестве зрителей

15. Инсентив-туризм – это:
А. Форма поощрения компаниями своих сотрудников в виде организации для них туристской поездки
Б. Индивидуальные деловые поездки (командировки)
В. Посещение спортивных мероприятий в качестве зрителей
Г. Посещение международных кинофестивалей в качестве зрителей
Д. Разновидность конгрессно-выставочного туризма
Е. Посещение музыкальных фестивалей и фестивалей искусств в качестве зрителей

Вопросы для дифференцированного зачета по дисциплине «Виды и тенденции развития спортивно-оздоровительного туризма»

1. Основные черты и проблемы развития мирового туризма.
2. Международный туризм. Особенности формирования туристского спроса.
3. География туристского спроса на российском рынке.
4. Экономическая, демографическая, социальная обусловленность туризма.
5. Социокультурное значение туризма.
6. Роль туризма в предотвращении социокультурных проблем.
7. Мотивационные основы формирования видов туризма.
8. Основы мотивации. Классификация туризма по различным признакам.
9. Социальные и психологические основы выбора вида туризма.
10. Барьеры к путешествию.
11. Организационные особенности при реализации различных видов туризма.
12. Организационные аспекты постоянного контроля.
13. Понятие туристских дестинаций, основные классификационные признаки.
14. Понятие туристских районов и центров, основные классификационные признаки.

15. Организационные особенности и тенденции развития водного туризма.
16. Основы развития лечебно-оздоровительного туризма.
17. Организационные основы спортивного туризма.
18. Организационные особенности горнолыжного туризма.
19. Организационные особенности и тенденции развития горного туризма.
20. Обеспечение безопасности при реализации различных видов туризма.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература:

1. Аницоева, Л.К. Основы спортивно-оздоровительного туризма: учебное пособие [Электрон. ресурс] / Л.К. Аницоева. – М.: КноРус, 2025. – 159 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/955358.

2. Бабкин, А.В. Специальные виды туризма: учеб. пособие / А.В. Бабкин. – М.: Советский спорт, 2008. – 105 с. – Режим доступа: https://rucont.ru/read/ 983728?file=271101&f=983728.

3. Бескостова, А.А. Виды и тенденции развития туризма: учебное пособие. Часть I / А.А. Бескостова, З.В. Васильева. – Смоленск: ФГБОУ ВО «СГАФКСТ», 2019. – 124 с.

4. Бескостова, А.А. Специальные виды туризма: учебное пособие / А.А. Бескостова, З.В. Васильева. – Смоленск: ФГБОУ ВО «СГАФКСТ», 2019. – 126 с.

5. Воскресенский, В.Ю. Международный туризм: учеб. пособие / В.Ю. Воскресенский. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 463 с.: ил. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/352202.

Дополнительная литература:

1. Александрова, А.Ю. Международный туризм: учебник / А.Ю. Александрова. – М.: КноРус, 2016. – 464 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/ 918842.

2. Бутузов, А.Г. Этнокультурный туризм: учебное пособие / А.Г. Бутузов. – М.: КноРус, 2016. – 248 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/918097.

3. Велединский, В.Г. Спортивно-оздоровительный сервис: учебник / В.Г. Велединский. – М.: КноРус, 2016. – 216 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/920699.

4. Ветитнев, А.М. Организация санаторно-курортной деятельности (Ростуризм): учебник / А.М. Ветитнев, Я.А. Войнова. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 270 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919722.

5. Жукова, М.А. Развитие сельского туризма в России: научно-популярное издание / М.А. Жукова, А.Д. Чудновский, М.А. Боков, С.А.

Нефедкина. – М.: КноРус, 2013. – 155 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/920366.

6. Зайцева, Н.А. Безбарьерный туризм: учебное пособие / Н.А. Зайцева, Д.Б. Шуравина. – М.: КноРус, 2018. – 176 с. – Режим доступа: https://www.book. ru/book/927914.

7. История туризма (Ростуризм): учебник / Под ред. Ю.С. Путрика. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 254 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919711.

8. Косолапов, А.Б. Теория и практика экологического туризма: учебное пособие / А.Б. Косолапов. – М.: КноРус, 2017. – 229 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/922715.

9. Косолапов, А.Б. География российского внутреннего туризма: учебное пособие / А.Б. Косолапов. – М.: КноРус, 2017. – 267 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/920402.

10. Кружалин, В.И. География туризма (Ростуризм): учебник / В.И. Кружалин, Н.С. Мироненко, Н.В. Корн, Н.В. Шабалина. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 328 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919719.

11. Кусков, А.С. Основы туризма: учебник / А.С. Кусков, Ю.А. Джаладян. – М.: КноРус, 2016. – 396 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/918076.

12. Чудновский, А.Д. Теория и методология социально-экономических исследований в туристской индустрии: учебное пособие / А.Д. Чудновский, М.А. Жукова, А.В. Кормишова. – М.: КноРус, 2016. – 478 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/918430.

13. Чудновский, А.Д. Управление потребительскими предпочтениями в сфере отечественного туризма и гостеприимства и основные направления реализации туристского: учебное пособие / А.Д. Чудновский, М.А. Жукова. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 290 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919723.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru
4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
10. Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

В качестве основных форм организации учебного процесса по дисциплине «Курортология» в предлагаемой методике обучения выступают лекционные и практические (семинарские) занятия, а также самостоятельная работа студентов.

На лекциях излагаются темы дисциплины, предусмотренные рабочей программой, акцентируется внимание на наиболее принципиальных и сложных вопросах дисциплины, устанавливаются вопросы для самостоятельной проработки. Конспект лекций является базой при подготовке к семинарским занятиям, к экзаменам, а также самостоятельной научной деятельности.

Изложение лекционного материала рекомендуется проводить в мультимедийной форме (презентаций). Смысловая нагрузка лекции смещается в сторону от изложения теоретического материала к формированию мотивации самостоятельного обучения через постановку проблем обучения и показ путей решения профессиональных проблем в рамках той или иной темы. При этом основным методом ведения лекции является метод проблемного изложения материала

Семинарские занятия по дисциплине проводятся с целью приобретения практических навыков в решении задач, которые создают условия для развития комплексного стиля мышления, способствуют пространственному

мышлению во временном аспекте, решению проблем профессиональной деятельности.

Семинарские занятия способствуют более глубокому пониманию теоретического материала учебного курса, а также развитию, формированию и становлению различных уровней составляющих профессиональной компетентности студентов. Основой семинарских занятий выступают типовые задачи, которые должен уметь решать специалист в области рекреации и туризма.

В связи с ограниченным количеством часов и фундаментальным значением данного курса существенная нагрузка выпадает на самостоятельную работу студента. Эта работа выполняется в произвольном временном режиме без непосредственного участия преподавателя. Освоение дисциплины осуществляется посредством интеграции аудиторной (лекционных и семинарских занятий) и самостоятельной работы.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы.

Литература по дисциплине в учебно-методическом комплексе представлена главным образом учебниками и учебными пособиями. Необходимо также широкое использование интернет-источников, периодических отечественных и зарубежных изданий. При подготовке к практическим занятиям (семинарам) познакомься с темой, обрати внимание на рассмотрении данной темы в курсе лекций. Если тема на лекции не рассматривалась, изучите предлагаемую литературу (это позволит Вам найти ответы на теоретические вопросы). После этого приступайте к выполнению практических заданий.

При подготовке к зачету по теоретической части выделите в вопросе главное, существенное (понятия, признаки, классификации и пр.), приведите практические примеры, иллюстрирующие теоретические положения. Варианты выполнения практических заданий предложите исходя из следующих критериев – «актуальность», «последовательность», «полнота», «креативность», «апробированность».

Объем самостоятельной работы может меняться самим студентом при изучении отдельных учебных элементов. В обязательную часть входит выполнение одного задания по каждому модулю (подготовка доклада, мультимедийного сообщения и т.д.).

В целях оптимизации образовательного процесса в рамках изучения дисциплины студентам предлагается следующая тактика:

- внимательно изучите программу дисциплины;
- оцените степень полезности освоения данной учебной дисциплины для своего профессионального роста;
- изучите материалы для аудиторной работы по дисциплине (тематическое содержание лекций, планы семинарских занятий, мультимедийное сопровождение занятий);
- изучите материалы для самостоятельной работы и сопоставьте предложенные задания с имеющимися у вас ресурсами (выполненные ранее

работы по близкой теме, знакомство с конкретной технологией во время практики, наличие литературы по проблеме, предложенной в качестве предмета исследования, и т. д.);

- заведите электронную папку для Интернет-ресурсов, найденных Вами при подготовке к занятиям, соотнесите темы электронных материалов с вопросами контрольных работ и экзамена (это поможет Вам подготовиться к промежуточной и итоговой аттестации);

- выберите из проблемного поля курса интересующую вас тему для углубленного изучения (она может быть связана с вашей исследовательской деятельностью);

- найдите партнеров из числа сокурсников для выполнения групповых учебных заданий;

- в конце изучения каждого учебного элемента курса постарайтесь оценить результаты своей деятельности и сформулировать пожелания преподавателю по совершенствованию образовательного процесса.

При анализе нормативно-правового документа необходимо выделить те ценности и смыслы, которые позволяют видеть нормы жизни цивилизованного общества. Читая статью того или иного закона, надо соотнести ее содержание с реальной действительностью, подумать о путях ее реализации, о системе контроля за выполнением, об актуальности, значимости тех или иных сведений для конкретных лиц, возрастных групп. Важно не только знать, в каком нормативном документе дано разъяснение по тому или иному вопросу, но и как использовать получбенные знания.

По первому и второму модулям студентам следует усвоить, что лечебно-оздоровительный туризм занимает особое место в системе общемировых курортно-туристических отношений и более всего ценится возможность восстановить здоровье во время увлекательных туристских маршрутов

Выполнение самостоятельной работы предусматривает выполнение реферата (программы оздоровления, проекта) по одной из актуальных проблем в курортологии.

Выполнение работы проводится по следующей *примерной* структуре, которая может видоизменяться в зависимости от инновационной идеи студента:

1. Введение (цели и задачи исследования)
2. Актуальность
3. Описание региона исследования
4. Общее описание разработки (например, программа лечебно-оздоровительного тура)
5. Расчет стоимости новой программы оздоровления
6. Заключение
7. Список литературы

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ИННОВАЦИИ В РЕКРЕАЦИИ И ТУРИЗМЕ

основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки **49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»**

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 5
Семестр –10
Итоговая форма контроля – зачёт (10 семестр)

Рабочую программу разработала:
Кожухова Е.Д., к.п.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта 3

2. Результаты обучения по дисциплине 4

3. Место дисциплины в структуре ОПОП 6

4. Объём дисциплины и виды учебной работы 6

5. Содержание дисциплины 6

5.1. Количество часов по видам занятий 6

5.2. Содержание дисциплины по видам заданий 7

5.2.1. Содержание лекционных занятий 7

5.2.2. Содержание практических занятий 7

6.Самостоятельная работа студентов 7

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 9

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 9

7.2.Типовые контрольные задания или иные материалы 12

7.2.1.Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 12

7.2.2.Тестовые задания по дисциплине 12

7.2.3.Вопросы к зачёту 23

8. Перечень основной и дополнительной литературы 24

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 25

9.1.Электронные библиотечные системы 25

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 26

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 26

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины 34

1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

УК-1 - способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

ПК-10 - способен выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта, проводить научный анализ, обобщение результатов исследований и применять их в практической деятельности

Результаты обучения по дисциплине	Соотнесенные профессиональные стандарты и код трудовой функции	Формируемые компетенции
Знает: - понятийный аппарат; - методы управления инновационной деятельностью организации и возможности ее использования в практической работе; - виды нововведений и различия подходов при их внедрении, теорию управления инновационными проектами, предприятий, организаций, а также формы инвестиций в инновационные процессы;		УК-1, ПК-10

- методы, показатели и критерии определения коммерческой, бюджетной и народохозяйственной эффективности проектов.		
Умеет: - самостоятельно приобретать, усваивать и применять теоретические инновационные знания; - анализировать основные события в сфере рекреации и туризма в нашей стране и за ее пределами; - находить и использовать информацию, необходимую для ориентации в основных текущих проблемах инновационной деятельности в рекреации и туризме; - прогнозировать конкурентоспособность фирмы в результате инновационной деятельности; осуществлять расчеты эффективности инновационных проектов и потребность в ресурсах для их реализации; организовывать работу фирмы и ее подразделений – участников инновационного процесса.		УК-1, ПК-10
Имеет опыт: - исследования на практике рынка туристских и рекреационных услуг, интересов и потребностей потребителей; - практического внедрения инновационных технологий туристских, рекреационно-оздоровительных и фитнес услуг в образовательных организациях, осуществляющих образовательную деятельность, туристско-рекреационных и санаторно-курортных учреждениях.		УК-1, ПК-10

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Инновации в рекреации и туризме» относится к обязательным дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений **(Б1.В.06).**

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 5 курсе по заочной форме обучения.

Итоговая форма контроля – зачет в 10 семестре.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: «Рекреалогия», «Интернет-технологии», «Правовые основы рекреации и туризма», «Теория и методика физической рекреации».

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Всего часов	Семестр	
		9	10
Лекции	8		8
Практические занятия	8		8
Аттестация – зачет	4		4
Самостоятельная работа	52		52
Общая трудоемкость, часы	72		
Общая трудоемкость, ЗЕ	2		

Количество часов, отведенных на занятия лекционного типа, в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятий, отведенных на реализацию Блока 1 структуры бакалавриата.

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Лекцион-ные занятия	Семинар ские занятия	Само-стоятель-ная работа
1.	Теория инноваций	20	4		16
2.	Типология инноваций	48	4	8	36
	Аттестация – зачет	4			
	Всего часов	**72**	**8**	**8**	**52**
Трудоемкость дисциплины: 2 з.е.					

5.2. Содержание дисциплины по видам заданий
5.2.1. Содержание лекционных занятий

Теория инноваций

Понятийно-терминологическое определение инноваций. Инновационный цикл. Инновационная деятельность туристских предприятий (ИДП). Этапы ИДП. Факторы, оказывающие влияние на процессы инноваций. Инновационный процесс. Факторы, обуславливающие специфичность инновационного процесса в сфере рекреации и туризма. Потенциал, влияющий на успешность инновационных процессов - инновационный потенциал личности

5.2.2. Содержание практических занятий

Теория инноваций

Понятийно-терминологическое определение инноваций. Инновационный цикл. Инновационная деятельность туристских предприятий (ИДП). Этапы ИДП. Факторы, оказывающие влияние на процессы инноваций. Инновационный процесс. Факторы, обуславливающие специфичность инновационного процесса в сфере рекреации и туризма. Потенциал, влияющий на успешность инновационных процессов - инновационный потенциал личности

Типология инноваций

Классификация инноваций, используемых в рекреационной практике. Инновации продукта. Инновации процесса. Экологизация технологий обслуживания рекреационных туристов. Инновации в управлении. Инновация бизнес-модели. Маркетинговые инновации. Инновации в логистике. Институциональные инновации. Ресурсные инновации. Концептуальные инновации. Практика применения инноваций: Инновационные решения в транспортной системе, гостиничном и ресторанном бизнесе. Роль информационных технологий в инновационной деятельности

6.Самостоятельная работа студентов

В процессе изучения дисциплины особое внимание необходимо уделять

самостоятельной работе студентов, которая может быть организована на учебном занятии в процессе теоретического обучения, при проведении практических (семинарских) занятий и во внеурочное время.

Самостоятельная работа состоит из усвоения теоретических положений курса, необходимых для выработки умений и выполнения практических заданий.

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля
Теория инноваций	20	Устный опрос
Типология инноваций	48	Сообщение с презентацией
Итого	52	

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной, аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы могут пользоваться УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты и словари терминов.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами.
2. Работа в научной библиотеке СГУС.
3. Работа с литературой в методическом кабинете кафедры ТиСО.

Виды самостоятельной работы студентов:

Подготовка к практическим занятиям выполняется регулярно, исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к экзамену.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит

реферат (сообщение, презентацию). В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы, представляемой студентам для самостоятельного изучения дисциплины, соответствует перечню основной и дополнительной литературы, представленной в разделах 8 и 9 данной рабочей программы.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-1 - способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач ПК-10 - способен выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта, проводить научный анализ, обобщение результатов исследований и применять их в практической деятельности		**Знает (пороговый уровень):** - понятийный аппарат; - методы управления инновационной деятельностью организации и возможности ее использования в практической работе; - виды нововведений и различия подходов при их внедрении, теорию управления инновационными проектами, предприятий, организаций, а также формы инвестиций в инновационные процессы; - методы, показатели и критерии определения коммерческой, бюджетной и народохозяйственной эффективности проектов. **Умеет (стандартный уровень):** - самостоятельно приобретать, усваивать и применять теоретические инновационные знания; - анализировать основные события в сфере рекреации и туризма в нашей стране и за ее пределами; - находить и использовать информацию, необходимую для ориентации в основных текущих проблемах инновационной деятельности в рекреации и туризме; - прогнозировать конкурентоспособность фирмы в результате инновационной деятельности; осуществлять расчеты эффективности

		инновационных проектов и потребность в ресурсах для их реализации; организовывать работу фирмы и ее подразделений – участников инновационного процесса. **Имеет опыт (эталонный уровень):** - исследования на практике рынка туристских и рекреационных услуг, интересов и потребностей потребителей; - практического внедрения инновационных технологий туристских, рекреационно-оздоровительных и фитнес услуг в образовательных организациях, осуществляющих образовательную деятельность, туристско-рекреационных и санаторно-курортных учреждениях.

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

• ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Критерии оценки уровня развития компетенций

У студентов в рамках учебного курса, их соответствие по 4-х уровневой шкале

Критерии оценки компетенций	Традиционная (4-х уровневая) шкала оценки
«Отлично» – очень высокий уровень развития компетенций, отвечает всем требованиям ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	отлично
«Очень хорошо» – высокий уровень развития компетенций, отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	хорошо
«Хорошо» – уровень развития компетенций выше среднего, отвечает всем основным требованиям, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые из выполненных заданий, могут содержать ошибки	хорошо
«Удовлетворительно» – средний уровень развития компетенций, отвечает большинству основных требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не являются существенными, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, значительная часть заданий выполнены с ошибками	удовлетворительно
«Посредственно» уровень развития компетенций ниже среднего, не отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены, либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	удовлетворительно

«Неудовлетворительно» – низкий уровень развития компетенций, теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному.	Неудовлетво-рительно

7.2.Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1.Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

В процессе изучения учебной дисциплины применяются следующие формы контроля:

Текущая аттестация (устный опрос, защита рефератов по разделам тематического плана самостоятельной работы; подготовка сообщения в форме реферата или публичного доклада по разделам тематического плана, тестирование, защита исследовательской работы (проекта). А также подготовка видеороликов и презентаций по темам дисциплины.

Промежуточная аттестация - зачет

7.2.2.Тестовые задания по дисциплине

Раздел 1. Сущность и функции инновационной деятельности

1. Какое из утверждений является неверным?

А) новшество становится инновацией только в процессе внедрения;

Б) новшество делаются, как правило, на уровне технологического порядка, а инновация производится на фундаментальном уровне;

В) новшество не преследует целью получить выгоду;

Г) новшество не всегда требует первоначальных вложений, в то время как инновации всегда требуют инвестиций.

2. К какому виду инновационной деятельности можно отнести изменения в стандартах качества и обслуживании?

А) технологическая подготовка и организация обслуживания;

Б) предобслуживающие разработки;

В) производственное проектирование;

Г) маркетинг новых услуг.

3. По типу новшества можно выделить следующие виды инноваций:

А) инновация-продукт и инновация-процесс;

Б) материально-технические и социальные;

В) базовые и модифицирующие;

Г) «замещающие», «отменяющие» и «возвратные».

4. Какие новшества не относятся к социально-управленческим нововведениям?

А) изменения внутриколлективных отношений;
Б) изменение роли различных объединений работников;
В) изменение форм принятия решений;
Г) изменение управленческой структуры.

5. Инновации, нацеленные на разрешение возможных будущих проблем – это…

А) «открывающие»;
Б) успешные;
В) базисные;
Г) стратегические.

6. Какую функцию выполняет инновация, когда прибыль выступает стимулом к ее созданию?

А) инвестиционную;
Б) воспроизводственную;
В) стимулирующую;
Г) экономическую.

7. К какой группе факторов, влияющие на развитие инновационной деятельности, относится наличие резерва финансовых и материально-технических средств?

А) финансовые;
Б) технологические;
В) организационные;
Г) материальные.

8. Выберите правильную последовательность этапов инновационного процесса:

А) инициация, маркетинг, производство, реализация, продвижение, оценка эффективности, диффузия;
Б) инициация, маркетинг, производство, продвижение, реализация, оценка эффективности, диффузия;
В) инициация, маркетинг, производство, реализация, оценка эффективности, продвижение, диффузия;
Г) инициация, производство, маркетинг, реализация, продвижение, оценка эффективности, диффузия.

9. Отношение чистого дохода к инвестициям в производство и реализацию инноваций – это…

А) экономический эффект;
Б) коэффициент эффективности;
В) рентабельность;
Г) экономическая прибыль.

10. Какой особенностью обусловлена неопределенность инновационного рынка?

А) потребитель ничего не знает о новой услуге или товаре;
Б) поведение потребителя предсказуемо лишь с помощью маркетинговых мер;

В) трудно предсказать масштабы распространения новшества;

Г) новая продукция не совместима с предшествующей.

11. Отсутствие возможности послепродажного обслуживания характеризует:

А) рыночную неопределенность;

Б) технологическую неопределенность;

В) особенности реализации инновации;

Г) экономическую сущность рынка иннваций.

12. Какой этап отсутствует в жизненном цикле новшества?

А) этап исследований;

Б) этап производства;

В) диффузия;

Г) устаревание.

Раздел 2. Управление инновационной деятельностью в компании

1. Какова последовательность основных элементов инновационного процесса? Расставьте их по порядку 1. «…»; 2. «…»; 3. «…»; 4. «…»; 5. «…»; 6. «…»; 7 «…».

1. маркетинг инновации;
2. инициация;
3. оценка эффективности инновации;
4. выпуск (производство) инновации;
5. реализация инновации;
6. диффузия инновации.
7. продвижение инновации;

2. Какова последовательность основных этапов технико- экономического обоснования идеи? Расставьте их по порядку 1. «…»; 2. «…»; 3. «…»; 4. «…»; 5. «…»; 6. «…»; 7 «…».

1. обоснование необходимости разработки данного инновационного проекта для крупных технологий;
2. обоснование выбранной идеи из всех имеющихся идей по одному или по системе критериев выбора;
3. определение возможности превращения идеи в материальную форму (новый продукт), пригодную для продажи на рынке;
4. обоснование времени выхода инновации ан рынок;
5. расчет затрат на производство и реализацию инновации;
6. изучение и выбор рынка по конкретному месту выхода инновации на этот рынок;
7. расчет эффективности производства и реализации инновации.

3**.** Дайте определения соответствующие терминам

1. Инновационный процесс.
2. Инициация.
3. Продвижение инноваций.
4. Диффузия.
5. Идея.
6. Гипотеза.
7. Интуиция.
8. Мозговой штурм.
9. Синектика.

4. Стратегическое управление инновациями является составной частью инновационного менеджмента и решает вопросы «…» и «…» инновационных проектов, рассчитанных на значительный качественный скачок в предпринимательстве, производстве или социальной среде предприятия

1. организации
2. регулирования
3. планирования
4. диффузии
5. реализации
6. прогнозирования

5. В рамках функционального менеджмента разрабатываются и реализуются частные стратегические задачи, связанные с инновациями в области «…»

1. маркетинга
2. сбыта
3. производства
4. кадров
5. финансов
6. информации

6. Стратегия в общем виде – это поиск наиболее результативных вариантов ввода в действие «..» в соответствии с главными «..» предприятий с учетом ситуации на рынке как в настоящий момент, так и ожидаемой в будущем.

1. научных разработок
2. технических разработок
3. ресурсов
4. задачами
5. программами
6. целями

7 . По значению различают следующие виды целей «…»

1. частная
2. высшая
3. главная
4. низшая

5. общая
6. второстепенная
7. промежуточная

8. К количественным целям инновационной организации относятся «…»
   1. рентабельность
   2. стандарты качества продукции
   3. ликвидность
   4. доля рынка
   5. миссия предприятия

9. К качественным целям инновационной организации относятся «…»
   1. структура капитала
   2. инновационное поведение
   3. рост доли рынка
   4. уровень управления предприятием
   5. политическое и общественное влияние

10. Какова последовательность основных фаз стратегического управления инновациями? Расставьте их по порядку 1. «…»; 2. «…»; 3. «…»; 4. «…»; 5. «…»; 6. «…».
    1. Цели
    2. Стратегии
    3. Философия предприятия
    4. Предпринимательская политика
    5. Оперативные задачи
    6. Стратегический облик предприятия

11. Философия формирует позиции предприятия в отношении его управления (…)
    1. способность управления;
    2. ориентация на информационные принципы;
    3. провозглашенные мотивационные принципы;
    4. принятые организационные структуры;
    5. порядок разрешения конфликтов;
    6. принципы контроля.

12. Верно/неверно данное выражение:
    1. В стратегическом планировании большую роль играют субъективные установки менеджера;
    2. Стратегическое планирование базируется на внутрифирменном анализе, а также о совершившихся событиях;
    3. Стратегическое планирование направлено на осуществление исполнительных задач нижестоящими организационными звеньями;

4. В стратегическом планировании большой диапазон альтернатив развития;
5. В стратегическом планировании уделяется значительное внимание информации об условиях окружающей среды.

13. Какова последовательность разработки стратегии предприятия? Расставьте их по порядку 1. «…»; 2. «…»; 3. «…»; 4. «…»; 5. «…»; 6. «…».

1. Стратегический анализ
2. Формулирование стратегии
3. Оценка программ
4. Стратегический диагноз
5. Реализация стратегии
6. Стратегический контроль

14. Требования к разработке стратегий «…»

1. Наличие вариантов стратегии.
2. Стратегии не должны быть слишком сложными, должны состоять из серии простых задач, которые формулируют способ достижения цели.
3. Стратегии должны быть представлены в функциональной форме (ориентация на проблему)
4. Стратегии должны быть представлены физической форме (ориентация на продукт).
5. Стратегии должны быть четко сформулированы.

15. Стратегии «лидера» включают «…»

1. Расширение первичного спроса
2. Оборонительная стратегия
3. Наступательная стратегия
4. Фронтальная атака
5. Фланговая атака
6. Стратегия демаркетинга

Раздел 3. **Инновационные процессы в рекреации и туризме**

1.Какова последовательность основных элементов инновационного процесса? Расставьте их по порядку 1. «…»; 2. «…»; 3. «…»; 4. «…»; 5. «…»; 6. «…»; 7 «…».

1. маркетинг инновации;
2. инициация;
3. оценка эффективности инновации;
4. выпуск (производство) инновации;
5. реализация инновации; д
6. диффузия инновации.
7. продвижение инновации;

2. Какова последовательность основных этапов технико- экономического обоснования идеи? Расставьте их по порядку 1. «…»; 2. «…»; 3. «…»; 4. «…»; 5. «…»; 6. «…»; 7 «…».

1. обоснование необходимости разработки данного инновационного проекта для крупных технологий;
2. обоснование выбранной идеи из всех имеющихся идей по одному или по системе критериев выбора;
3. определение возможности превращения идеи в материальную форму (новый продукт), пригодную для продажи на рынке;
4. обоснование времени выхода инновации ан рынок;
5. расчет затрат на производство и реализацию инновации;
6. изучение и выбор рынка по конкретному месту выхода инновации на этот рынок;
7. расчет эффективности производства и реализации инновации.

3**.** Дайте определения соответствующие терминам

1. Инновационный процесс.
2. Инициация.
3. Продвижение инноваций.
4. Диффузия.
5. Идея.
6. Гипотеза.
7. Интуиция.
8. Мозговой штурм.
9. Синектика.

4. Основными этапами инновационного менеджмента являются…

1. инновационный процесс;
2. определение цели управления инновацией;
3. выбор стратегии менеджмента инновации;
4. определение приемов управления инновацией;
5. разработка программы управления инновацией;
6. организация работ по выполнению программы;
7. контроль за выполнением намеченной программы;
8. анализ и оценка эффективности приемов управления инновацией;
9. корректировка приемов менеджмента инновации.

5. Элементами процесса управления инновациями являются …

1. средства труда
2. труд
3. орудия труда
4. предметы труда
5. технология инновационного менеджмента

6. Все применяемые варианты организации инновационных процессов можно сгруппировать в четыре основных группы, исходя из: …

1. различий в последовательности их выполнения;
2. структуры ресурсов;
3. длительности инновационного цикла;
4. характера развертывания работ во времени;
5. организационных связей.

7. В практике развития науки и техники и их соединения с производством и реализацией инноваций используются разнообразные организационные формы инновационных предприятий, отличающиеся: …

1. спецификой создаваемых инноваций;
2. широтой охвата инновационного процесса;
3. уровнем управления;
4. спецификой внешнего окружения;
5. территориальным размещением подразделений;
6. формой иерархических связей подразделений ИП;
7. формой собственности, преобладающей на ИП.

8.Основными достоинствами структуры инновационного предприятия функционального типа являются: …

1. высокая интенсивность использования людских и материальных ресурсов, обусловленная высокой степенью, специализации сотрудников и оборудования и более равномерной загрузкой;
2. возможность концентрации знаний и опыта в относительно узкой области науки и техники;
3. удобство обслуживания научно-технической, патентной и прочей информацией;
4. возможность широкого использования унифицированных и стандартизованных решений и конструкций;
5. большое количество специализированных подразделений, каждое из которых имеет свои собственные, локальные цели;
6. одинаковый уровень качества однотипных по характеру работ в составе различных проектов;
7. лучшая адаптация молодых специалистов;
8. возможность выработки квалификационных стандартов, простых и эффективных методик контроля качества труда.

9. В процессе планирования инноваций осуществляются: …

1. формулирование миссии организации;
2. обоснованный выбор основных направлений инновационной деятельности для предприятия в целом и для каждой структурной единицы;

3. формирование программ исследований, разработок и производства инновационной продукции;
4. распределение программ и отдельных заданий по отдельным отрезкам времени и закрепление за исполнителями;
5. установление календарных сроков проведения работ по проектам;
6. расчет потребности в ресурсах и распределение их по исполнителям на основе бюджетных расчетов.

10. Принципами планирования инноваций являются: …
1. Принцип единства и гармонии в научно-техническом, производственном, экономическом и социальном развитии;
2. Принцип финансовой сбалансированности;
3. Принцип научной обоснованности и оптимальности решений;
4. Принцип доминирования стратегических аспектов, комплексности, непрерывности, гибкости и эластичности;
5. Принцип бюджетной сбалансированности.

11. Процесс планирования независимо от вида планов распадается на формальные фазы:…
1. постановка стратегии планирования;
2. постановка цели планирования;
3. постановка задачи планирования,
4. разработка плана;
5. реализация планового решения.

12. На каком уровне выполняется оценка конъюнктуры инновационного и инвестиционного рынка?
1. на стратегическом;
2. на тактическом;
3. оперативном.

13.Какая стратегия ориентирована на максимальное снижение уровня риска в условиях высокой неопределенности внешней среды и потребительского спроса на новшество?
1. защитная стратегия;
2. стратегия имитация
3. стратегия выжидания;
4. стратегия реагирования на нужды потребителей.

14. Искусство выбора оптимального решения и приемов достижения решения, наиболее приемлемых в конкретной данной хозяйственной ситуации – это…
1. адаптационная стратегия;
2. активная стратегия;
3. тактика;

4. технология.

15. К какой группе приемов относится реинжениринг инноваций?
    1. приемы, воздействующие только на производство инновации;
    2. приемы, воздействующие как на производство, так и на реализацию, продвижение и диффузию инновации;
    3. приемы, воздействующие только на реализацию, продвижение и диффузию инновации.

16. К какой группе приемов относится мэрджер?
    1. приемы, воздействующие только на производство инновации;
    2. приемы, воздействующие только на реализацию, продвижение и диффузию инновации;
    3. приемы, воздействующие как на производство, так и на реализацию, продвижение и диффузию инновации.

17. К какой группе приемов относится брэндинг?
    1. приемы, воздействующие только на производство инновации;
    2. приемы, воздействующие только на реализацию, продвижение и диффузию инновации;
    3. приемы, воздействующие как на производство, так и на реализацию, продвижение и диффузию инновации.

18. Способ изучения деятельности хозяйствующих субъектов, прежде всего своих конкурентов, с целью использования их положительного опыта в своей работе – это…
    1. бенчмаркинг;
    2. мэрджер;
    3. инжениринг;
    4. фронтинг.

19 Кризисный реинжиниринг вызывается…
    1. резким сокращением объемов производства в связи со снижением спроса;
    2. резким сокращением объемов производства в связи со снижением финансирования;
    3. резким падением объема продажи продукта в связи со снижением спроса на него;
    4. резким падением объема продаж в связи с высокой конкуренцией.

20. Какое главное требование предъявляется к товарам на «выходе» из системы инновационного управления?

1. конкурентоспособность;
2. удовлетворение потребностей потребителей;
3. новизна;
4. экономическая эффективность.

Темы рефератов

1. Характеристика основных этапов эволюции науки об управлении.
2. Концепции и подходы к инновационному менеджменту.
3. Характерные черты инновационного менеджмента.
4. Виды и роль координации как центральной функции инновационного менеджмента. Инструменты государственного регулирования инновационной деятельности характерные для российской экономики.
5. Основные внебюджетные формы поддержки инновационной деятельности в России.
6. Особенности государственной поддержки инновационной деятельности в России и в развитых странах.
7. Сферы деятельности, охватывающие инновационный процесс.
8. Место инновационной деятельности в инновационном менеджменте.
9. Задачи стратегического управления организацией.
10. Группы стратегий, которым присущ инновационный характер.
11. Сущность и цели инновационной стратегии предприятия.
12. Направления выбора инновационной стратегии.
13. Признаки, по которым осуществляется классификация инновационных организаций.
14. Особенности венчурного бизнеса.
15. Задачи и принципы планирования инноваций.
16. Система внутрифирменного планирования инноваций.
17. Прогнозирование инноваций.
18. Требования, предъявляемые к заявке на участие в открытых конкурсах.
19. Назначение и содержание технико-экономического обоснования проектов.
20. Составление бизнес-плана венчурного инновационного проекта.
21. Оценка стоимости и ожидаемые результаты инновационного проекта.
22. Эффективность малых инновационных предприятий в деле освоения нововведений.

23. Условия, необходимые для развития венчурного бизнеса в России.
24. Система управления малыми инновационными предприятиями.

7.2.3.Вопросы к зачёту

1. Возникновение и сущность предпринимательства.
2. Развитие российского предпринимательства.
3. Исследования Н.Д.Кондратьева о цикличном развитии экономики.
4. Теория инновационных процессов Й. Шумпетера.
5. Технологические уклады развития.
6. Роль предпринимателя в инновационных процессах.
7. Предпринимательская деятельность в туристской сфере.
8. Содержание понятия «инновация».
9. Виды инноваций.
10. Инновационные процессы.
11. Жизненный цикл и функции инноваций.
12. Инновационная деятельность в туризме.
13. Национальная инновационная система.
14. Государственная поддержка и стимулирование инновационных процессов.
15. Регулирование инновационной деятельности промышленно развитых странах.
16. Организация науки и научно-технических исследований.
17. Направления инновационного развития России.
18. Государственная поддержка инновационной деятельности в туризме.
19. Государственная инновационная стратегия.
20. Инновационная стратегия предприятий.
21. Планирование инноваций.
22. Содержание инновационного проекта.
23. Виды проектов.
24. Этапы разработки инновационных проектов.
25. Риски в инновационной деятельности.
26. Цели инновационной деятельности.
27. Динамическое моделирование бизнеса.
28. Управление инновациями.
29. Управление знаниями.
30. Создание нововведений и их внедрение.
31. Классификация предприятий по типу инновационного поведения.

32. Инновационная деятельность в туристских компаниях.
33. Человеческий фактор.
34. Интеллектуальный продукт как собственность.
35. Интеллектуальная собственность как товар.
36. Использование прав на интеллектуальную собственность в сфере туризма.
37. Способы охраны и защиты интеллектуальной собственности.
38. Международные соглашения об охране интеллектуальной собственности.
39. Правовые акты Российской Федерации.
40. Законы, регулирующие права в области информатизации и применения новейших технологий.
41. Механизмы распространения инноваций.
42. Инновационные конфликты и возможности их разрешения.
43. Инновационный потенциал личности.
44. Инновационный потенциал группы.
45. Инновационная активность организации.
46. Инновационная культура общества.
47. Методика активизации творческого мышления.
48. Стимулирование инновационной активности в организации.
49. Основы туристического производства.
50. Факторы туристического производства.
51. Средства производства турпродукта.
52. Технология производства турпродукта.
53. Тенденции глобализации на мировом туррынке.
54. Транснационализация процесса туристического производства как современная тенденция на мировом туррынке.
55. Глобальные системы бронирования и резервирования.
56. Туристические ресурсы Интернет.
57. Направления государственного регулирования туристического рынка.
58. Инновации в сфере госрегулирования и саморегулирования туристического рынка.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

1. Гареев, Р. Р. Инновации в гостиничном и туристском бизнесе. : учебное пособие / Р. Р. Гареев. — Москва : КноРус, 2024. — 228 с. — ISBN 978-5-406-12160-3. — URL: https://book.ru/book/950548

2. Сфера туризма и гостеприимства. Инфраструктура, организационно-экономические и технологические инновации : монография / И. Ю. Севрюков, Л. Б. Нюренбергер, А. Н. Аршинова [и др.] ; под ред. И. Ю. Севрюкова, Л. Б. Нюренбергер. — Москва : Русайнс, 2019. — 186 с. — ISBN 978-5-4365-4010-8. — URL: https://book.ru/book/934505

3. Изаак, С. И. Инновации спортивно-оздоровительного сервиса : учебное пособие / С. И. Изаак, Н. Ф. Маврина. — Москва : Русайнс, 2025. — 126 с. — ISBN 978-5-466-08028-5. — URL: https://book.ru/book/955861

4. Актуальные проблемы и инновационные стратегии развития сферы туризма и гостеприимства : монография / ; под ред. Е. Ю. Никольской, Д. В. Галкина, Ф. К. Гадимовой, Коллектив авторов. — Москва : Русайнс, 2024. — 211 с. — ISBN 978-5-466-07537-3. — URL: https://book.ru/book/955228

5. Полякова, Э. И. Современные подходы к формированию технологического развития инноваций : монография / Э. И. Полякова. — Москва : Русайнс, 2025. — 174 с. — ISBN 978-5-466-11077-7. — URL: https://book.ru/book/962070

6. Инновации в индустрии туризма и гостеприимства : монография / О. П. Звягинцева, Е. Е. Кузьмина, К. А. Лебедев [и др.] ; под ред. О. П. Звягинцевой, Е. Е. Кузьминой, К. А. Лебедева. — Москва : Русайнс, 2020. — 133 с. — ISBN 978-5-4365-5499-0. — URL: https://book.ru/book/939761

7. Рычкова, Н. В. Маркетинговые инновации : учебное пособие / Н. В. Рычкова. — Москва : КноРус, 2026. — 226 с. — ISBN 978-5-406-16128-9. — URL: https://book.ru/book/962690

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1.Электронные библиотечные системы

1. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: https://elibrary.ru/defaultx.asp
2. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс].– Режим доступа: https://lib.rucont.ru/search
3. ЭБС «Университетская Библиотека Онлайн» [Электронный ресурс] . – Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub
4. Электронно-библиотечная система «BOOK.ru» [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.book.ru/

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Федеральные порталы, образовательные ресурсы:

1. 1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Национальный туристский портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://russia.travel

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света – справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет – интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.krugosvet.ru

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. – Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.library.ru
3. Российская национальная библиотека[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nlr.ru

Федерации, ассоциации и союзы:

1. Ассоциации содействия туристским технологиям[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.astt.ru

Периодические издания:

1. Вестник Национальной академии туризма[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nat-moo.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует

максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

- необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;
- записывать удобнее на одной стороне листа;
- записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;
- следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;
- на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика

семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.

2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.

3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.

4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.

5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.

6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления *7 – 10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,

• оглавление,

• введение,

• основную часть,

• заключение,

• библиографический список.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат завершается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу

Рекомендации студентам по подготовке презентаций

Чтобы презентация хорошо воспринималась слушателями и не вызывала отрицательных эмоций (подсознательных или вполне осознанных), необходимо соблюдать правила ее оформления.

1. Опустите ненужные частности на слайде презентации

- Уменьшите количество слов на слайде.
- Опустите все ссылки на источники и примечания.

2. Увеличьте размер шрифта

На слайдах, предназначенных для того, чтобы раздать собравшимся, размер шрифта должен быть 10, а для демонстрации – не менее 18.

3.Увеличьте графические изображения

Убедитесь, что каждый графический элемент хорошо виден с задних рядов аудитории.

4.Измените цвет фона и текста

- На слайдах, предназначенных для демонстрации, пишите текст светлым шрифтом по темному фону.
- На слайдах, которые будете раздавать слушателям, пишите текст темным шрифтом по светлому фону.

5. Ограничьте цветовую палитру минимальным набором цветов

Во время всей презентации используйте не более трех-четырех цветов.

6. Используйте «Маркеры абзаца»

- Начинайте все абзацы одинаково (например, с глагола в одном и том же времени).
- Следите за тем, чтобы каждый абзац выражал законченную мысль. Не пользуйтесь слайдами, на которых есть лишь список слов (например, план, внедрение, оценка).

7. Используйте таблицы

- Таблицы должны быть простыми и краткими. Приводите в них только существенную информацию. Ограничьте их размер до одной страницы.
- Упорядочьте их по столбцам, а не строкам: в столбцах удобнее читать.

8. Используйте рисунки (картинки)

- Старайтесь не пользоваться стандартными средствами для вставки готовых фрагментов Microsoftclipart.
- Убедитесь, что картинки выдержаны в тоне презентации (например, не используйте формат комиксов на серьезной презентации).
- Желательно избегать в презентации рисунков, не несущих смысловой нагрузки.

9. Используйте видеоматериалы

- Вставка видеозарисовок по ходу презентации помогает разнообразить встречу и способствует концентрации внимания слушателей.
- Анимационные эффекты используются для привлечения внимания слушателей или для демонстрации динамики развития какого-либо процесса.

10. Используйте графики

- Не включайте в презентацию графики только ради того, чтобы они у вас были, поскольку неуместное использование графиков никак не улучшает презентацию.
- Используйте типы графиков, которые лучше всего иллюстрируют идею, которую вы стараетесь донести.
- Рисуйте простые графики; каждый график должен иллюстрировать одну мысль.
- Назовите каждый график так, чтобы название было содержательным.
- Используйте цвета для того, чтобы выделить какие-то моменты, а не сделать график симпатичным.
- Укажите единицы измерения (речь идет о десятках, тысячах или миллионах?).
- Не загружайте слайд ненужными примечаниями.
- Цвет графических изображений не должен резко контрастировать с общим стилевым оформлением слайда;
- Если графическое изображение используется в качестве фона, то текст на этом фоне должен быть хорошо читаем.

11. Используйте звуковое оформление

- Звуковое сопровождение должно отражать суть или подчеркивать особенность темы слайда, презентации;
- Необходимо выбрать оптимальную громкость, чтобы звук был слышен всем слушателям, но не был оглушительным;
- Если это фоновая музыка, то она должна не отвлекать внимание слушателей и не заглушать слова докладчика.

12. Правильно применяйте цифровые данные

- Проследите за тем, чтобы группы данных были дискретными (например, 1-10, 11-20, а не 1-10, 10-20).
- Данные необходимо подобрать так, чтобы их было удобно читать (например, упорядочить их по возрастанию или убыванию).
- Внизу под графиком укажите количество использованных в нем точек данных (например, п = 10).
- Ограничьте количество групп данных до шести. (Выберите пять самых важных групп)

13. Используйте единое стилевое оформление

- Стиль может включать: определенный шрифт (гарнитура и цвет), цвет фона или фоновый рисунок, декоративный элемент небольшого размера и др.;
- Не рекомендуется использовать в стилевом оформлении презентации более 3 цветов и более 3 типов шрифта;
- Оформление слайда не должно отвлекать внимание слушателей от его содержательной части;

- Все слайды презентации должны быть выдержаны в одном стиле.

14. Правильно применяйте текстовую информацию

- Для основного текста на слайдах не рекомендуется использовать прописные буквы.
- Шрифтовой контраст можно создать посредством: размера шрифта, толщины шрифта, начертания, формы, направления и цвета.
- Размер шрифта: 24–54 пункта (заголовок), 18–36 пунктов (обычный текст);
- Цвет шрифта и цвет фона должны контрастировать (текст должен хорошо читаться), но не резать глаза;
- Тип шрифта: для основного текста используйте гладкий шрифт без засечек (Arial, Tahoma, Verdana), для заголовка можно использовать декоративный шрифт, если он хорошо читаем;
- Курсив, подчеркивание, жирный шрифт, прописные буквы рекомендуется использовать только для смыслового выделения фрагмента текста;
- Шрифты с засечками (TimesNewRoman) читаются легче, чем гротески (шрифты без засечек).

15. Правильно выбирайте цветовую гамму

- Цветовая гамма должна состоять не более чем из двух-трех цветов.
- Существуют не сочетаемые комбинации цветов.
- Черный цвет имеет негативный (мрачный) подтекст.
- Белый текст на черном фоне читается плохо (инверсия плохо читается).

16. Правильно располагайте информационные блоки на слайде

- Информационных блоков не должно быть слишком много (3-6);
- Рекомендуемый размер одного информационного блока — не более 1/2 размера слайда;
- Желательно присутствие на странице блоков с разнотипной информацией (текст, графики, диаграммы, таблицы, рисунки), дополняющей друг друга;
- Ключевые слова в информационном блоке необходимо выделить;
- Информационные блоки лучше располагать горизонтально, связанные по смыслу блоки – слева направо;
- Наиболее важную информацию следует поместить в центр слайда;

17. Соблюдайте правила общей композиции

- На полосе не должно быть больше семи значимых объектов, так как человек не в состоянии запомнить за один раз более семи пунктов.
- Логотип на полосе должен располагаться справа внизу (слева наверху и т. д.).
- Логотип должен быть простой и лаконичной формы.
- Дизайн должен быть простым, а текст – коротким.
- Изображения домашних животных, детей, женщин и т.д. являются положительными образами.
- Крупные объекты в составе любой композиции смотрятся довольно неважно. Аршинные буквы в заголовках, кнопки навигации высотой в 40 пикселей, разделитель одного цвета, растянутый на весь экран — все это придает дизайну непрофессиональный вид.

Выполняя вышеизложенные правила, не стоит забывать, что на каждое подобное утверждение есть сотни примеров, доказывающих обратное. Поэтому приведенные утверждения нельзя назвать общими и универсальными правилами дизайна, они верны лишь в определенных случаях.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

В учебном процессе используется следующие технические средства обучения:

– компьютерное и мультимедийное оборудование по темам курса (учебно-методический комплекс, лекции, задания и рекомендации для самостоятельной работы студентов, для подготовки практических занятий; слайды по отдельным темам дисциплины, DVD-диски с программами и тестами по дисциплине, видеофильмы, интерактивная доска, мультимедийная установка);

При осуществлении самостоятельной работы, написания рефератов, подготовке проектов студентами проводится поисковая работа в системе Интернет, на сайтах ведущих вузов РГУФК, ВНИИФК, имени П.Ф. Лесгафта.

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины

Материально-техническое обеспечение дисциплины

Аудиторный фонд

№ п.п.	Наименование специальных	Оснащённость специальных	Перечень лицензионного программного обеспечения.

	помещений и помещений для самостоятельной работы	помещений и помещений для самостоятельной работы	Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра МЕНЕДЖМЕНТА И ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНЫХ ДИСЦИПЛИН

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«13» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующая кафедрой Е.В. Алпацкая

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«14» 05 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ОСНОВЫ МЕНЕДЖМЕНТА РЕКРЕАЦИИ И ТУРИЗМА

основной профессиональной образовательной программы
направления подготовки **49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»**
Направленность (профиль программы)*: «Спортивно-оздоровительный туризм»*

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная
Курс 4,5
Семестр 9
Итоговая форма контроля – экзамен (9 семестр)

Рабочую программу разработала:
Новикова М.А.,к.п.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

	СТР.
1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта	3
2. Результаты обучения по дисциплине	3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП	4
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	4
5. Содержание дисциплины	5
5.1. Количество часов по видам занятий	5
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий	6
5.2.1. Содержание лекционного материала	6
5.2.2. Содержание практических занятий	11
6. Самостоятельная работа студентов	22
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации	24
7.1. Этапы формирования компетенций	24
7.2. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины	25
7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы	26
7.3.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля	26
7.3.2. Тестовые задания	27
7.3.3. Вопросы к экзамену	44
8. Перечень основной и дополнительной литературы	45
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины	46
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	46
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины	50

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

тренерские;

педагогические;

рекреационно-оздоровительные;

организационно-методические;

организационно-управленческие;

научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины «Основы менеджмента рекреации и туризма » направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков, представленных в Таблице 1.

В результате обучения по дисциплине «Основы менеджмента рекреации и туризма» у студента формируются компетенции: УК – 3, ПК – 8

Таблица 1.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	**Профессиональный стандарт и код трудовой функции**	**Компетенции**
Знать	**05.008** Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической	**УК-3**. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде **ПК-8 –** способен
Методы календарного и сетевого планирования Порядок составления установленной отчетности Нормативные документы, регламентирующие работу со		

служебной документацией Порядок составления установленной отчетности Методика организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий Основы экономики, организации труда и управления Требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов	культуры и спорта A/02.6 A/03.6 B/01.6 F/04.7	реализовывать технологии турагентской и туроператорской деятельности;
Уметь		
Ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения Оформлять документы или контролировать правильность их оформления в соответствии с образцом Анализировать данные финансовой и статистической отчетности Обосновывать мотивы принятых решений Планировать, координировать и контролировать работу структурных подразделений, связанную с проведением физкультурных, спортивных, массовых мероприятий, тренировок		
Иметь опыт		
Распределение задач и обязанностей в соответствии со		

знаниями и опытом работников Внесение предложений по повышению эффективности использования персонала Утверждение планов работы по основным направлениям физкультурно-спортивной деятельности Утверждение расписания занятий в секциях, мероприятий, тренировок на очередной плановый период Определение графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников, утверждение положений о физкультурно-спортивных мероприятиях Составление прогнозных и периодических оперативных планов выполнения работ по специализированным направлениям работы в области физической культуры и спорта Планирование материальных ресурсов и кадров для оказания платных услуг Координация деятельности структурных подразделений физкультурно-спортивной организации по реализации плановых и программных документов, выполнению государственного (муниципального) задания,		

выполнению поручений вышестоящих организаций Обеспечение лицензирования и аккредитации организации, включая входящие в его состав спортивные сооружения и объекты, а также регистрации организации и подчиненных объектов во всероссийском реестре объектов спорта Контроль разработки и утверждение планов проведения физкультурных, спортивных, массовых мероприятий, проведения тренировок в соответствии с заявками физкультурно-спортивных организаций и договорными обязательствами Координация деятельности работников и организаторов мероприятия, связанной с монтажом/демонтажем временных конструкций, размещением и подключением спортивного и технологического оборудования, оснащением дистанций, предоставлением складских и бытовых помещений, в соответствии с договорными обязательствами		

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Основы менеджмента рекреации и туризма » относится к Блоку 1, входит в вариативную часть (Б1.В.07).

В соответствии с учебным планом дисциплина «Основы менеджмента рекреации и туризма » изучается на 4 и 5 курсе, по заочной форме обучения.

Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля): экзамен.

Для успешного освоения дисциплины «Основы менеджмента рекреации и туризма » необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: «Маркетинг рекреации и туризма», «Правовые основы рекреации и туризма», «Организация и проведение соревнований в спортивно-оздоровительном туризме».

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры			
			6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		14			6	8
Лекции		6			2	4
Семинары и методические занятия		8			4	4
Самостоятельная работа		85			30	55
Лабораторные работы		-				
Промежуточная аттестация **экзамен**		9				9
Общая трудоемкость	**часы**	108				
	ЗЕ	3				

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

№ темы	Наименование темы	Всего часов	Всего ауд. часов	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
				Лекции	Семинарские /методические занятия	
1	Основные понятия менеджмента в туризме	8	2	2		6
2	Особенности менеджмента в туризме	8	2		2	6
3	Понятие и характеристика функций менеджмента в туризме	8	2		2	6
4	Понятие и характеристика принципов менеджмента в туризме	8	2	2		6
5	Понятие и классификация методов менеджмента	8	2	2		6
6	Организационно-административные и правовые методы	8	2		2	6
7	Экономические и социально-психологические методы	8	2		2	6

8	Экономические отношения в менеджменте туризма	6				6
9	Процесс предоставления туристских услуг	6				6
10	Экономическая эффективность менеджмента в туризме	8				8
11	Социальные факторы туристской деятельности	8				8
12	Стиль руководства турфирмой. Роль топ-менеджера на предприятии	8				8
13	Деловое общение в туризме	7				7
			14	6	8	85
	экзамен	9				

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий

Тема 1. Основные понятия менеджмента в туризме

Туризм и его функции. Менеджмент туризма как направление науки. Менеджмент туризма как деятельность по управлению социально-экономическими процессами, происходящими в туристской индустрии.

Вид занятия: лекция

Время: 2 часа

Место проведения: учебная аудитория

Формируемые компетенции: УК – 3, ПК – 8

Знать: Основы экономики, организации труда и управления

Уметь: Ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения Обосновывать мотивы принятых решений.

Иметь опыт: Распределение задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом работников.

Тема 4. Понятие и характеристика принципов менеджмента в туризме

Вид занятия: лекция

Время: 2 часа

Место проведения: учебная аудитория

Формируемые компетенции: УК – 3, ПК – 8

Принципы менеджмента по Ф.Тейлору и А.Файолю. Кибернетические принципы: принцип адекватности, принцип обогащения, принцип перехода информации в знания субъекта, принцип верификации. Организационные принципы: принцип сочетания централизма и автономности, принцип законности, принцип плановости, принцип объективности, принцип основного звена, принцип оптимальности и эффективности, принцип регламентации задач и функций, принцип непрерывности. Социально-психологические принципы: сочетания единоначалия и коллегиальности, принцип создания благоприятных условий для работы, принцип распределения обязанностей, принцип постоянного повышения квалификации, принцип обеспечения творческой инициативы, принцип конкурсного назначения.

Знать: Порядок составления установленной отчетности.

Уметь: Планировать, координировать и контролировать работу структурных подразделений, связанную с проведением физкультурных, спортивных, массовых мероприятий, тренировок.

Иметь опыт: Внесение предложений по повышению эффективности использования персонала.

Тема 5. Понятие и классификация методов менеджмента

Вид занятия: лекция

Время: 2 часа

Место проведения: учебная аудитория

Формируемые компетенции: УК – 3, ПК – 8

Методы как система правил, приемов и подходов с целью минимизации затрат времени и ресурсов. Организации, структуры и трудовые коллективы как управляемые объекты. Критерии классификации методов менеджмента.

Знать: Методы календарного и сетевого планирования.

Уметь: Анализировать данные финансовой и статистической отчетности.

Иметь опыт: Составление прогнозных и периодических оперативных планов выполнения работ по специализированным направлениям работы в области физической культуры и спорта. Контроль разработки и утверждение планов проведения физкультурных, спортивных, массовых мероприятий, проведения тренировок в соответствии с заявками физкультурно-спортивных организаций и договорными обязательствами.

5.2.2. Содержание практических занятий

Тема 2. Особенности менеджмента в туризме

Специфика труда в туризме. Задачи менеджеров. Влияние заинтересованной клиентуры. Внешние эффекты туристского продукта. Особенности спроса на туристский продукт: стиль жизни, общественные, социальные и демографические факторы.

Вид занятия: семинар

Время: 2 часа

Место проведения: учебная аудитория

Формируемые компетенции: УК – 3, ПК – 8

Литература:

1. Менеджмент рекреации и туризма. Ч.1 [Электронный ресурс] / И.И. Старкова, А.В. Мантатова .— Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2017 .— 100 с. — ISBN 978-5-9793-0988-0 .— Режим доступа: https://rucont.ru/efd/634016

2. Алексеева, О. В. Основы спортивно-оздоровительного туризма [Электронный ресурс] / Б. Н. Найданов, О. В. Алексеева .— Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2013 .— 136 с. — Режим доступа: https://rucont.ru/efd/229611

3. Киреева, Ю. А. Основы туризма [Электронный ресурс] : учеб.-практ. пособие / Российская международная академия туризма, Ю. А. Киреева .— 2-е изд., стер. — М. : Советский спорт, 2010 .— 108 с. — ISBN 978-5-9718-0497-0 .— Режим доступа: https://rucont.ru/efd/211668

Знать: Нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией.

Уметь: Ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения.

Иметь опыт: Координация деятельности структурных подразделений физкультурно-спортивной организации по реализации плановых и программных документов, выполнению государственного (муниципального) задания, выполнению поручений вышестоящих организаций

Тема 3. Организационные структуры управления туризмом

Вид занятия: семинар

Время: 2 часа

Место проведения: учебная аудитория

Формируемые компетенции: УК – 3, ПК – 8

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие организационной структуры управления.
2. Типы организационных структур.
3. Разделение труда в туристских организациях.
4. Формальная и неформальная структура организации.

Литература:

4. Менеджмент рекреации и туризма. Ч.1 [Электронный ресурс] / И.И. Старкова, А.В. Мантатова .— Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2017 .— 100 с. — ISBN 978-5-9793-0988-0 .— Режим доступа: https://rucont.ru/efd/634016

5. Алексеева, О. В. Основы спортивно-оздоровительного туризма [Электронный ресурс] / Б. Н. Найданов, О. В. Алексеева .— Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2013 .— 136 с. — Режим доступа: https://rucont.ru/efd/229611

6. Киреева, Ю. А. Основы туризма [Электронный ресурс] : учеб.-практ. пособие / Российская международная академия туризма, Ю. А. Киреева .— 2-е изд., стер. — М. : Советский спорт, 2010 .— 108 с. — ISBN 978-5-9718-0497-0 .— Режим доступа: https://rucont.ru/efd/211668

Знать: Методы календарного и сетевого планирования.

Уметь: Анализировать данные финансовой и статистической отчетности.

Иметь опыт: Составление прогнозных и периодических оперативных планов выполнения работ по специализированным направлениям работы в области физической культуры и спорта. Контроль разработки и утверждение планов проведения физкультурных, спортивных, массовых мероприятий, проведения тренировок в соответствии с заявками физкультурно-спортивных организаций и договорными обязательствами.

Тема 6. Социальный аспект менеджмента в туризме

Вид занятия: семинар
Время: 2 часа
Место проведения: учебная аудитория
Формируемые компетенции: УК – 3, ПК – 8

Вопросы для обсуждения:

1. Социальные факторы туристской деятельности.
2. Управление персоналом в туризме.
3. Деловое общение в туризме.

4. Управленческие решения в туризме.

Литература:

1. Менеджмент рекреации и туризма. Ч.1 [Электронный ресурс] / И.И. Старкова, А.В. Мантатова .— Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2017 .— 100 с. — ISBN 978-5-9793-0988-0 .— Режим доступа: https://rucont.ru/efd/634016

2. Алексеева, О. В. Основы спортивно-оздоровительного туризма [Электронный ресурс] / Б. Н. Найданов, О. В. Алексеева .— Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2013 .— 136 с. — Режим доступа: https://rucont.ru/efd/229611

3. Киреева, Ю. А. Основы туризма [Электронный ресурс] : учеб.-практ. пособие / Российская международная академия туризма, Ю. А. Киреева .— 2-е изд., стер. — М. : Советский спорт, 2010 .— 108 с. — ISBN 978-5-9718-0497-0 .— Режим доступа: https://rucont.ru/efd/211668

Знать: Методика организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий.

Уметь: Ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения.

Иметь опыт: Ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения

Тема 7. Управления качеством туристского обслуживания

Вид занятия: семинар

Время: 2 часа

Место проведения: учебная аудитория

Формируемые компетенции: УК – 3, ПК – 8

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие «управление качеством».
2. Стандарты туристского обслуживания.
3. Профессионализм персонала туристской фирмы.
4. Безопасность туристских услуг.

Литература:

1. Менеджмент рекреации и туризма. Ч.1 [Электронный ресурс] / И.И. Старкова, А.В. Мантатова .— Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2017 .— 100 с. — ISBN 978-5-9793-0988-0 .— Режим доступа: https://rucont.ru/efd/634016

2. Алексеева, О. В. Основы спортивно-оздоровительного туризма [Электронный ресурс] / Б. Н. Найданов, О. В. Алексеева .— Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2013 .— 136 с. — Режим доступа:

https://rucont.ru/efd/229611

3. Киреева, Ю. А. Основы туризма [Электронный ресурс] : учеб.-практ. пособие / Российская международная академия туризма, Ю. А. Киреева .— 2-е изд., стер. — М. : Советский спорт, 2010 .— 108 с. — ISBN 978-5-9718-0497-0 .— Режим доступа: https://rucont.ru/efd/211668

Знать: Положение (регламент) и расписание спортивных соревнований.

Уметь: Обосновывать мотивы принятых решений.

Иметь опыт: Утверждение планов работы по основным направлениям физкультурно-спортивной деятельности. Обеспечение лицензирования и аккредитации организации, включая входящие в его состав спортивные сооружения и объекты, а также регистрации организации и подчиненных объектов во всероссийском реестре объектов спорта.

1.Самостоятельная работа студентов

№ темы	Наименование темы	Форма контроля	Самостоят. работа
1	Основные понятия менеджмента в туризме	доклад	6
2	Особенности менеджмента в туризме	устное сообщение	6
3	Понятие и характеристика функций менеджмента в туризме	подготовка для работы в группах	6
4	Понятие и характеристика принципов менеджмента в туризме	конспект изученного материала; тест	6
5	Понятие и классификация	деловая игра	6

	методов менеджмента		
6	Организационно-административные и правовые методы	конспект изученного материала; тест	6
7	Экономические и социально-психологические методы	доклад	6
8	Экономические отношения в менеджменте туризма	устное сообщение	6
9	Процесс предоставления туристских услуг	подготовка для работы в группах	6
10	Экономическая эффективность менеджмента в туризме	конспект изученного материала; тест	8
11	Социальные факторы туристской деятельности	деловая игра	8
12	Стиль руководства турфирмой. Роль топ-менеджера на предприятии	конспект изученного материала; тест	8
13	Деловое общение в туризме	устное сообщен	7
			85

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов:

основная литература:

1. Менеджмент рекреации и туризма. Ч.1 [Электронный ресурс] / И.И. Старкова, А.В. Мантатова .— Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2017 .— 100 с. — ISBN 978-5-9793-0988-0 .— Режим доступа: https://rucont.ru/efd/634016

2. Алексеева, О. В. Основы спортивно-оздоровительного туризма [Электронный ресурс] / Б. Н. Найданов, О. В. Алексеева .— Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2013 .— 136 с. — Режим доступа: https://rucont.ru/efd/229611

3. Киреева, Ю. А. Основы туризма [Электронный ресурс] : учеб.-практ. пособие / Российская международная академия туризма, Ю. А. Киреева .— 2-е изд., стер. — М. : Советский спорт, 2010 .— 108 с. — ISBN 978-5-9718-0497-0 .— Режим доступа: https://rucont.ru/efd/211668

дополнительная литература;

1. Виханский, О.С.Менеджмент [Текст] : учебник / О.С. Виханский, А.И. Наумов. - 5-е изд., стер. - Москва: Издательство Магистр, 2013. - 576 с. 1 экз.

2. Дорофеев, В.Д. Менеджмент [Текст] : учеб. пособие / В.Д. Дорофеев, А.Н. Шмелева, Н.Ю. Шестопал. - Москва : ИНФРА-М, 2012. - 440 с. - (Высшее образование). 2 экз

3. Глухов, В.В. Менеджмент [Текст] : учебник / В.В. Глухов. - 3-е изд. - Санкт-Петербург : ПИТЕР, 2010. - 608 с. - (Учебник для вузов). – 2 экз

4.Основы менеджмента [Текст] : учеб. пособие / О.А. Зайцева [и др.] ; науч. ред. А.А. Радугин. - Москва : Изд.-во Центр, 1998. - 438 с. : ил. 2 экз.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.2. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать	Руководитель организации (подразделения организации), Осуществляющей деятельность в области физической Культуры и спорта"	**Знает (пороговый уровень)** Нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией. Порядок составления установленной отчетности

свою роль в команде	05.008 A/02.6 Управление персоналом, задействованным в физкультурно-спортивной работе по месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях F/04.7 Руководство деятельностью структурных подразделений, связанной с проведением физкультурных, спортивных массовых мероприятий и осуществлением физкультурно-спортивной деятельности	Основы экономики, организации труда и управления. **Уметь (стандартный уровень)** Ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения. Анализировать данные финансовой и статистической отчетности **Иметь опыт (эталонный уровень)** Распределение задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом работников Внесение предложений по повышению эффективности использования персонала Составление прогнозных и периодических оперативных планов выполнения работ по специализированным направлениям работы в области физической культуры и спорта
	Руководитель организации (подразделения организации), Осуществляющей деятельность в области физической Культуры и спорта" 05.008 A/03.6 Руководство физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью по месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях	**Знает (пороговый уровень)** Планировать, координировать и контролировать работу структурных подразделений, связанную с проведением физкультурных, спортивных, массовых мероприятий, тренировок. Обосновывать мотивы принятых решений **Уметь (стандартный уровень)** Нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией **Иметь опыт (эталонный уровень)** Координация деятельности структурных подразделений физкультурно-спортивной организации по реализации плановых и программных документов, выполнению государственного (муниципального)

		задания, выполнению поручений вышестоящих организаций Координация деятельности работников и организаторов мероприятия, связанной с монтажом/демонтажем временных конструкций, размещением и подключением спортивного и технологического оборудования, оснащением дистанций, предоставлением складских и бытовых помещений, в соответствии с договорными обязательствами
ПК-8 – способен реализовывать технологии турагентской и туроператорской деятельности;	Руководитель организации (подразделения организации), Осуществляющей деятельность в области физической Культуры и спорта" 05.008 B/01.6 Разработка и утверждение текущих и перспективных планов работы, определение целевых показателей деятельности	**Знает (пороговый уровень)** Методика организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий Требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов **Уметь (стандартный уровень)** Планировать, координировать и контролировать работу структурных подразделений, связанную с проведением физкультурных, спортивных, массовых мероприятий, тренировок. Оформлять документы или контролировать правильность их оформления в соответствии с образцом **Иметь опыт (эталонный уровень)** Утверждение планов работы по основным направлениям физкультурно-спортивной деятельности Утверждение расписания занятий в секциях, мероприятий, тренировок на очередной плановый период Контроль разработки и утверждение

		планов проведения физкультурных, спортивных, массовых мероприятий, проведения тренировок в соответствии с заявками физкультурно-спортивных организаций и договорными обязательствами Планирование материальных ресурсов и кадров для оказания платных услуг
	Руководитель организации (подразделения организации), Осуществляющей деятельность в области физической Культуры и спорта" 05.008 A/02.6 Управление персоналом, задействованным в физкультурно-спортивной работе по месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях A/03.6 Руководство физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью по месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях	**Знает (пороговый уровень)** Методы календарного и сетевого планирования Требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов **Уметь (стандартный уровень)** Обосновывать мотивы принятых решений Планировать, координировать и контролировать работу структурных подразделений, связанную с проведением физкультурных, спортивных, массовых мероприятий, тренировок **Иметь опыт (эталонный уровень)** Внесение предложений по повышению эффективности использования персонала Обеспечение лицензирования и аккредитации организации, включая входящие в его состав спортивные сооружения и объекты, а также регистрации организации и подчиненных объектов во всероссийском реестре объектов спорта

7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.3.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

В ходе освоения дисциплины осуществляются текущий и итоговый формы контроля.

Текущий контроль в форме фронтального экспресс-опроса по пройденной теме(ам), тестирования, оценки подготовленных студентами рефератов, выступлений студентов на семинарских занятиях, выполнения письменных домашних заданий, развернутых письменных контрольных тестов и т.д.;

Итоговый контроль теоретических знаний и практических умений магистрантов осуществляется на основе оценки успешности выполнения комплекса учебных заданий (тестовые задания, кейс-задания), а также с помощью проведения итогового занятия и экзамена.

Уровень теоретической подготовленности магистрантов оценивается на основе анализа результатов выполнения заданий, связанных с подготовкой краткого реферата научной статьи, творческого проекта.

Уровень сформированности практических умений и навыков оценивается на основе анализа результатов выполнения практических заданий и ситуационных задач, представленных для разрешения.

Результаты выполнения творческих задач представляются магистрантами к итоговому занятию.

Уровень сформированности практических умений и навыков по использованию информационных технологий для решения профессионально-прикладных задач оценивается непосредственно на практическом/семинарском занятии на основе применения методов оперативного и текущего контроля.

7.3.2. Тестовые задания

Студенту для разрешения предлагается решение тестовых заданий. В тесте представлен вопрос, к нему три ответа, один из которых правильный. Тестовые задания содержат 20 вопросов. Студент, разрешая вопрос в тесте должен выбрать один правильный ответ.

Нормы оценки ответов на тестовые задания – по 1 баллу за правильный ответ на 1 вопрос.

Критерии оценки:

80-100 баллов – отлично

60-79 баллов – хорошо

40-59 баллов – удовлетворительно
меньше 12 баллов – неудовлетворительно

1. Какими чертами характера должен обладать такой архетип управляющего как «администратор»?

(A) быть общительным и уметь вдохновлять людей на максимальную самоотдачу
(B) иметь аналитический склад ума
(C) быть предельно объективным и полагаться на факты и логику
(D) методичность в работе, прогнозирование будущего

2. Какие основные факторы участвуют в модели мотивации Виктора Врума?

(A) потребность в уважении к себе, самоутверждение и в принадлежности к социальной группе
(B) сложность и напряженность работы и уровень вознаграждения
(C) ожидание возможности результата, ожидание возможного вознаграждения от этого результата и ожидание ценности вознаграждения
(D) гигиенические факторы, факторы, связанные с характером и существом работы

3. Реальное влияние при управлении по целям имеют руководители

(A) среднего уровням
(B) низшего уровня
(C) высшего, среднего и низшего уровня
(D) высшего уровня

4. Укажите, что характерно для японской компании «Сони» в отношениях между руководителями и подчиненными?

(A) по возможности желательно, чтобы человек всю свою жизнь остался на одном рабочем месте, где он приобретает определенный опыт, что соответственно повышает эффективность работы
(B) отсутствие дифференцированного отношения к людям
(C) для успешной работы в компании важно, какое учебное заведение закончил сотрудник и с какими отметками
(D) при всех положительных качествах свободы дискуссии в большой компании она нарушает режим работы

5. Как следует отнестись к накоплению информации о проблеме?

(A) чем больше информация, тем лучше
(B) избыток информации также вреден, как и ее недостаток
(C) получение максимума информации о проблеме – обязанность руководителя
(D) избыточный объем информации – залог успеха

6. Какая из человеческих потребностей является главной по теории мотивации Макклелланда?
(A) успех
(B) деньги
(C) свобода
(D) безопасность

7. Основные функции управления
(A) планирование, контроль
(B) планирование, организация, мотивация, контроль
(C) организация, мотивация
(D) организация, мотивация, контроль

8. В качестве примера многозвенной технологии (классификация Томпсона) может являться:
(A) сборочная линия массового производства
(B) банковское дело
(C) страхование
(D) сетевой график

9. Пределом использования автоматизации является
(A) ограниченность наших знаний
(B) квалификационный уровень обслуживающего персонала
(C) невозможность исключения непредвиденных ситуаций
(D) несовершенство техники

10. Чем характеризуется компромисс при принятии решения?
(A) установление некоего среднего в результате спора двух сотрудников
(B) уменьшением выгоды в одной области с целью уменьшения нежелательных последствий в другом
(C) принятием решения аудитивно, учитывающего мнения всех заинтересованных сторон
(D) уменьшением выгоды

11. Что такое «Социотехническая система» организации с высокой технологией производства?
(A) всеобщая компьютеризация производства
(B) развитие социальной сферы
(C) профессиональный рост работников
(D) интегрирование персонала и технологии, делегирование ответственности за конечный результат

12. Целью планирования деятельности организации является
(A) обоснование затрат

(B) обоснование сроков
(C) определение целей, сил и средств
(D) обоснование численности работников

13. Основное отличие открытой системы от закрытой заключается в
(A) отсутствии упорядоченного взаимодействия между отдельными подсистемами
(B) наличии взаимодействия отдельных подсистем с внешним миром
(C) замкнутости элементов системы самих на себя
(D) наличии взаимодействия с внешней средой

14. Что относится к категории «внутреннего вознаграждения»?
(A) зарплата
(B) карьера
(C) сама работа
(D) признание окружения

15. Основным правилом при определении уровня зарплаты является:
(A) определенный законом минимальный уровень
(B) определенная штатным расписанием ставка
(C) уровень оплаты в фирмах конкурентах
(D) абсолютно точное и объектное определение характера вложенного труда и исследующая всесторонняя и беспристрастная его оценка

16. Основным в управлении по целям является выработка целей
(A) сверху вниз по цепи инстанций
(B) снизу вверх
(C) снизу вверх и сверху вниз
(D) по матричной схеме

17. Определите основные характеристики внешней среды для организации
(A) все перечисленное
(B) взаимосвязанность факторов, сложность
(C) сложность и подвижность
(D) взаимосвязанность и неопределенность

18. Для чего осуществляется делегирование своих полномочий другим руководителям?
(A) для оптимального решения комплексной задачи
(B) для сохранения «группового» стиля работы
(C) для проверки квалификации рабочих
(D) все перечисленное

19. Какой из перечисленных ниже методов распределения обязанностей в организации принят по функциональному признаку?
(A) созданы филиалы предприятия в пяти городах
(B) созданы отделы по производству, маркетингу, кадрам, финансовым вопросам
(C) созданы цеха на предприятии по производству печенья, шоколадных конфет, карамели
(D) созданы отделы на предприятии, равные по численности

20. Технология непрерывного производства обычно применяется при производстве такой продукции как
(A) выпуск легковых автомобилей
(B) производство военной авиатехники
(C) строительство судов уровня
(D) переработка нефти, выплавка чугуна

21. К какому типу построения управления относится следующая ситуация: «Строительство трубопровода включает в себя ряд технологических операций: подготовительные работы, земляные работы (устройство траншей), сварочные работы (сварка труб в нитку), изоляция и укладка трубопровода в траншею и др.? Руководство производством каждого вида работ возложено на начальника специального строительного управления. Информация о каждом процессе поступает управляющему строительным трестом, а от него начальнику управления»?
(A) матричная система управления
(B) функциональная система управления
(C) линейная система управления
(D) ни одна система не подходит

22. Какая обратная связь имеет большее значение с точки зрения повышения эффективности коммуникации?
(A) положительная
(B) корреляционная
(C) неопределенная
(D) отрицательная

23. Из чего состоит экономический механизм менеджмента?
(A) все перечисленное
(B) внутрифирменное управление, управление производством
(C) управление персоналом, управление производством
(D) внутрифирменное управление, управление персоналом

24. Планирование действий - это

(A) создание следующего звена меду постановкой цели и программой ее реализации
(B) уточнение ролей
(C) выявление обстоятельств, которые необходимо учитывать для достижения цели
(D) оценка затрат времени для каждой операции

25. Из перечисленных менеджеров: 1. Генеральный директор и члены правления. 2. Руководители самостоятельных органов. 3. Руководители цехов. К высшему звену управления относятся:
(A) 1, 2
(B) 2
(C) 1, 2, 3
(D) 1

26. Поведение, ориентированное на контроль – это
(A) действия подчиненных направленные на то, что хочет увидеть руководство при проверке их деятельности
(B) ориентирование на заниженные цели
(C) использование того, что контролеры не знают досконально деятельность подчиненных им сотрудников
(D) ориентирование на завышенные цели

27. Что означает «принять решение»?
(A) перебрать все возможные альтернативы
(B) перебрать несколько альтернатив, дающих наиболее эффективные возможности решения проблемы
(C) отдать распоряжение о выборе возможной альтернативы
(D) отдать распоряжение к реализации конкретного плана

28. Какой из подходов не относится к известным школам в управлении?
(A) научное управление
(B) административное управление
(C) новая экономическая политика
(D) человеческие отношения

29. Линейная организация управления позволяет сформулировать управленческую структуру, которая является:
(A) гибкой
(B) саморегулируемой
(C) стабильной и прочной
(D) все перечисленное

30. Почему именно США стали родиной современного управления?

(A) отсутствие проблем с происхождением, национальностью
(B) поддержка идеи образования для всех, огромный рынок рабочей силы
(C) образование монополий
(D) все перечисленное

31. Ключевым фактором в любой модели управления являются:
(A) люди
(B) средства производства
(C) финансы
(D) структура управления

32. На что в первую очередь должна опираться система контроля качества на современном предприятии?
(A) на четко определенные нормы и допущения для конкретных процессов
(B) на оценку качества продукции рабочими в ходе производственного процесса
(C) на жесткий аппарат контроля на выходе продукции
(D) на проверку готовой продукции

33. Целью классической школы управления было создание
(A) методов нормирования труда
(B) универсального принципа управления
(C) условий трудовой деятельности работников
(D) методов стимулирования производительности труда

34. В чем основное отличие предварительного, текущего и заключительного контроля?
(A) в объеме
(B) во времени осуществления
(C) в методах
(D) в объеме и методах

35. Внешняя среда прямого воздействия на организацию – это:
(A) акционеры, конкуренты, поставщики
(B) потребители, торговые предприятия, местные органы
(C) все перечисленное
(D) правительственные органы, местные органы

36. Процесс делегирования полномочий включает в себя передачу полномочий от старшего руководителя нижестоящим руководителям на выполнение специальных заданий. Какая ситуация свойственна этому процессу?
(A) передаются полномочия и ответственность нижестоящему руководителю
(B) передается ответственность нижестоящему руководителю

(C) передаются полномочия нижестоящему руководителю, а всю ответственность продолжает нести старший руководитель
(D) назначается новый, равный по рангу руководитель и ему передается вся ответственность

37. Что должно содержаться в документе «Распределение обязанностей»?
(A) название должности и отдела, в котором имеется эта должность
(B) все перечисленное
(C) описание выполняемых функций, обязанностей и прав
(D) взаимоотношения с руководством, коллегами и подчиненными

38. «Отцом научного управления» часто называют:
(A) А. Файоля – он опубликовал книгу «Общее и промышленное управление», где сформулированы принципы управления, в том числе разделение труда и единство командования
(B) Фрэнка и Лилиан Гильбертов – они выделили семнадцать основных микродвижений рабочих, назвав их терблигами; а также они разработали метод анализа микродвижений, в основу которого была положена кинограмма движений рабочего
(C) Ф. Тейлора – он пытался обосновать дневную норму рабочего методами хронометража и изучения его трудовых движений
(D) Г. Ганта – он создал график, который позволял планировать, распределять и проверять работу. Этот график явился предшественником системы сетевого планирования ПЕРТ, в которой сейчас используют ЭВМ. Он же знаменит своей системой материального стимулирования за выполненное задание

39. Почему методы прямого принуждения и страха наказания постепенно вытесняются методами социального принуждения?
(A) стало невыгодно держать большой штат сотрудников
(B) трудно подготовить менеджера, способного эффективно их использовать
(C) рабочее движение добилось определенной защищенности рабочих от прямого принуждения
(D) механизм принуждения перестал обеспечивать развитие производства

40. Каково оптимальное число подчиненных?
(A) чем больше подчиненных, тем легче работать
(B) 15-30 человек
(C) 7-12 человек
(D) 3-5 человек

41. От какого фактора не зависит тип производственной системы?
(A) от рынка
(B) от стратегии маркетинга

(C) от вида продукции
(D) от региональных программ обеспечения занятости

42. Самый трудный и дорогостоящий элемент контроля – это
(A) выбор стандартов
(B) выбор подходящей единицы измерения
(C) выбор критериев
(D) измерение результатов

43. Какой из неформальных методов прогнозирования позволяет получать наиболее ценную информацию?
(A) наглядная информация
(B) промышленный шпионаж
(C) письменная информация
(D) информация в глобальных сетях

44. Технология мелкосерийного или единичного производства обычно применяется в таких компаниях как
(A) «Макдональдс»
(B) «Форд»
(C) «Шелл»
(D) «Боинг»

45. Организация - это
(A) группа людей, объединенная общей целью
(B) группа людей, владеющая средствами производства
(C) группа людей, деятельность которых координируется
(D) группа людей, деятельность которых сознательно координируется для достижения общей цели

46. Является ли управление производительным трудом?
(A) да, т.к. управление создает новую стоимость
(B) нет, это всего лишь надзор и контроль
(C) нет, это всего лишь результат противоречия между наемным трудом и собственником средств производства
(D) да, поскольку этот вид деятельности неизбежен при высоком уровне специализации производства и призван обеспечить целостность трудового механизма

47. Система контроля в организации обычно состоит из
(A) предварительного, текущего и заключительного
(B) текущего и заключительного
(C) предварительного и заключительного
(D) только из текущего контроля

48. Цели, которые могут быть использованы в качестве стандартов для контроля отличает следующее:
(A) высокий моральный уровень
(B) временные рамки, конкретный критерий
(C) использование косвенных проявлений
(D) временные рамки

49. Менеджмент в основном занимается системами
(A) открытыми
(B) закрытыми
(C) закрытыми и подсистемами закрытого типа
(D) закрытыми и подсистемами открытого типа

50. Какому типу отношений соответствует взаимоотношения мастера и начальника цеха?
(A) функциональные отношения
(B) материальные отношения
(C) линейные отношения
(D) отношения управленческого аппарата

51. Какой вид планирования используется в производственных системах с непрерывными технологическими процессами?
(A) пооперационная функциональная схема
(B) фиксированная позиционная схема
(C) линейная поточная схема
(D) пооперационная и позиционная схемы

52. Из перечисленных пунктов: 1. Выработка четких, кратких целей. 2. выработка целей снизу вверх. 3. реалистичный план, пути его реализации, контроль и оценка результатов и контроль. 4. корректировка принятых планов, оценка результатов и контроль. К основным стадиям управления:
(A) 1, 2, 3
(B) 2, 3, 4
(C) 1, 3, 4
(D) 1, 2, 3, 4

53. Ступени мотивации по Маслоу - это
(A) потребность развития и признания
(B) потребность развития и признания, социальная потребность и потребность в защищенности, основные потребности
(C) социальная потребность и потребность в защищенности
(D) основные потребности

54. Какая функция не свойственна процессному подходу к управлению по Файолю?
(A) планирование работ
(B) организация работ
(C) независимость суждений менеджеров по отдельным направлениям (программам)
(D) контроль

55. На какие составляющие традиционно делятся задачи организации?
(A) работа с людьми
(B) работа с людьми и информацией
(C) работа с предметами и людьми
(D) работа с людьми, работа с людьми и информацией и работа с предметами и с людьми

56. Какая последовательность приоритетов позволит фирме добиться успеха:
(A) люди – продукция – прибыль
(B) прибыль – люди – продукция
(C) продукция – прибыль – люди
(D) люди – прибыль – продукция

57. Что является первоочередной необходимостью успешной работы сотрудника на новом месте?
(A) соответствие специализации
(B) справедливое вознаграждение
(C) социальная адаптация
(D) перспектива роста

58. Сущность ситуационного подхода состоит:
(A) знание методов профессионального управления доказавших свою эффективность; умение предвидеть последствия применяемых методик и концепций
(B) правильное интерпретирование ситуации, определение наиважнейших факторов
(C) все перечисленное
(D) применение способов действии. вызывающих наименьший отрицательный эффект в данной ситуации, с обеспечением максимальной эффективности

59. Любое предприятие независимо от его правовой формы обязано иметь
(A) помещение, офис

(B) руководство
(C) средства, оборудование
(D) штатных сотрудников

60. Правило - это
(A) последовательность действий, которые следует предпринять в конкретной ситуации, имеющей тенденцию к повторению
(B) гарантия выполнения конкретных действий конкретными способами в специфической единичной ситуации
(C) конкретно сформулированный опыт прошлого
(D) последовательность операций

61. Какими основными чертами должен обладать такой архетип управляющего как «лидер»?
(A) способность определить место сбоя и принять корректирующие меры
(B) умение решать личностные конфликты, которые возникают при волевых решениях
(C) быть общительным
(D) умение общаться с людьми, способность распознавать потенциал каждого человека и заинтересовывать его в полном использовании этого потенциала

62. Чаще прибегают к ротации в
(A) США
(B) России
(C) Англии
(D) Японии

63. Какова важнейшая функция управления?
(A) получение максимальной прибыли
(B) создавать условия для дальнейшего успешного функционирования предприятия
(C) минимизация налоговых платежей
(D) завоевание новых рынков сбыта

64. Из перечисленных пунктов: 1. анализ обследования уровня заработной платы. 2. условия на рынке труда. 3. производительность и прибыльность организации. Структура заработной платы определяется с помощью
(A) 1, 2
(B) 1, 2, 3
(C) 2 и 3
(D) 1 и 3

65. Какой смысл вкладывается в слово «риск» при принятии решений?
(A) степень значимости проблемы для общей деятельности фирмы
(B) степень влияния неправильно решенной проблемы на служебное положение руководителя
(C) уровень определенности, с которой можно прогнозировать результат
(D) уровень превышения своих полномочий

66. Для того, чтобы быть эффективным контроль должен быть
(A) всеобъемлющим
(B) постоянно действующим
(C) экономным
(D) независимым

67. Предварительным контролем финансовых ресурсов организации является
(A) бюджет
(B) заключение аудиторской организации
(C) баланс
(D) финансовый отчет за прошедший период времени

68. Почему методы прямого принуждения и страха наказания вытесняются методами социального принуждения?
(A) механизм принуждения перестал обеспечивать развитие производства
(B) стало невыгодно содержать большой штат сотрудников
(C) трудно подготовить менеджера способного эффективно их использовать
(D) рабочее движение добилось определенной защищенности рабочих от прямого принуждения

69. Какая способность менеджера, по Мак-Грегору, приводит к успеху?
(A) работоспособность
(B) прогнозирование человеческого поведения
(C) лидерство
(D) прогнозирование спроса на продукцию

70. В чем заключаются особенности кибернетизации относительно автоматизации?
(A) включение в алгоритм этапа использования интеллекта, т.е. способность решать неформализованные задачи и находить выход в непредвиденных ситуациях
(B) придание машине способности мыслить
(C) использование электронно-вычислительной техники в сочетании с этапами «мозгового штурма» и экспертных оценок
(D) качественно новый уровень техники и технологии

71. Что называется «социотехническими системами»?
(A) люди, участвующие в процессе производства
(B) компьютеры
(C) станки с программным управлением
(D) компьютерные системы, заменяющие определенное число работников

72. Определите основные этапы построения организации?
(A) определение характера выполняемой работы
(B) распределение работы между отдельными позициями менеджмента
(C) классификация позиций менеджмента, построение на этой основе логических групп управления
(D) определение характера выполняемой работы. Распределение работы между отдельными позициями менеджмента. Классификация позиций менеджмента, построение на этой основе логических групп управления

73. Из перечисленных пунктов: 1. предоставляет руководству информацию, необходимую для планирования в будущем; 2. сравнение фактически полученных и требуемых результатов; 3. способствует мотивации персонала. К функциям заключительного контроля относится:
(A) 1, 2
(B) 2, 3
(C) только 1
(D) 1,2, 3

74. Какие существуют аспекты человеческой переменной в ситуационном подходе к управлению?
(A) все перечисленное
(B) поведение отдельных людей, поведение людей в группах
(C) характер поведения руководителя, функционирование менеджера в роли лидера
(D) влияние менеджера на поведение отдельных людей и групп

75. Тактика - это
(A) долгосрочная стратегия
(B) краткосрочная стратегия
(C) среднесрочный план, результаты проявляются через 3-4 года
(D) среднесрочный план, результаты проявляются через 1-2 года

76. Основными компонентами модели коммуникации являются:
(A) объект, субъект, взаимодействие
(B) источник, сообщение, канал, получатель
(C) объект, субъект, влияние, обратная связь

(D) внешняя среда, внутренняя среда, взаимодействие

77. Какова причина, по которой требуется проверка результата принятого решения?

(A) если решение хорошее, вы будете знать, что делать в аналогичной ситуации, если плохое – будете знать, что не следует делать

(B) по точности реализации решения возможна оценка квалификации подчиненных

(C) проверка надежности административной структуры

(D) проверка надежности экспертной структуры

78. Классическая (административная) школа в управлении ставила своей целью

(A) рассмотрение администратора как профессии

(B) согласование работы финансового аппарата на предприятии с производством и маркетингом

(C) создание нового стиля управления

(D) создание универсальных принципов управления

79. Целью контроля является

(A) проверка выполнения плана

(B) сбор статистических сведений

(C) усиление зависимости подчиненных

(D) обеспечение руководства информацией для корректировки плана

80. Какое условие препятствует возникновению формальной организации людей (по Бернарду)?

(A) способность общаться

(B) достижение общей цели

(C) стремление к свободе действий

(D) желание совместных действий

81. В чем заключается принцип единства управления?

(A) у любого служащего (работника) может только один руководитель

(B) полную и абсолютную ответственность за деятельность всего предприятия должен нести один человек

(C) число лиц, находящихся в эффективном управлении лимитировано

(D) ответственность за работу коллектива несет группа руководителей

82. В каких случаях обращаются к качественным методам прогнозирования?

(A) отсутствие возможности получить информацию другими методами

(B) нехватка информации, получаемой количественными методами прогнозирования

(C) сроки, отведенные на решение проблемы, очень ограничены
(D) при отсутствии достаточных средств на проведение прогнозов

83. Отличительной чертой формальной организации является
(A) отсутствие единства в действиях ее членов
(B) жесткое давление на ее членов
(C) наличие должностных инструкций и предписаний
(D) сознательная координация действий двух или более лиц

84. Пример влияния через разумную веру – это отношение
(A) рабочего с мастером
(B) крестьянина и помещика
(C) пациента с лечащим врачом
(D) подсудимого и судьи

85. Процедура – это
(A) последовательность действий, которые следует предпринимать в конкретной ситуации, имеющей тенденцию к повторению
(B) последовательность конкретных действий, которые следует выполнять в единичной специфической ситуации
(C) использование опыта прошлого
(D) гарантированное выполнение конкретных действий

86. Конечной целью менеджмента является
(A) развитие технико-экономической базы фирмы
(B) обеспечение прибыльность фирмы
(C) рациональная организация производства
(D) повышение квалификации и творческой активности работника

87. Каким образом влияние через страх можно использовать в отношении квалифицированных работников?
(A) запугивания снижением зарплаты
(B) угрозой увольнения
(C) угрозой понижения в должности
(D) запугивая возможность ущемления самолюбия

88. Наиболее частым источником конфликтов при изменении правил и процедур работы является
(A) ущемление чьих-либо интересов
(B) способ, каким руководство сообщает о новых правилах
(C) нежелание людей изменять сложившийся характер работы
(D) неясность цели, которую преследуют эти изменения

89. Для каких целей в процессе принятия решений используется «мозговая атака»?
(A) интенсификация мыслительного процесса
(B) анализ нестандартных решений
(C) выявление альтернатив
(D) вовлечение всех участников в процесс принятия решений

90. Какого человека следует выбирать в качестве нового сотрудника в большинстве случаев?
(A) человека, который симпатичен руководителю своими личностными качествами
(B) человека, имеющего наилучшую квалификацию для выполнения фактической работы на занимаемой должности
(C) кандидата, который представляется наиболее подходящим для продвижения по службе
(D) кандидата, который имеет большие потенциальные возможности

91. Чем опасно чрезмерное число подчиненных?
(A) потерей управляемости коллектива
(B) разрастанием бюрократического аппарата
(C) дублирование усилий
(D) все перечисленное

92. Развитию принципов научного управления в США способствовало
(A) трудолюбие свободных граждан
(B) поддержка Англии
(C) формирование крупных отраслей промышленности и предприятий
(D) сопротивление Франции

93. Какая из перечисленных коммуникационных ролей выполняет функцию передачи сообщений в организации?
(A) сторож
(B) связной
(C) лидер мнения
(D) космополит

94. В чем, по мнению Берхорда, причина возникновения неформальной организации?
(A) стремление людей к хаосу
(B) нежелание коллектива работать
(C) слабость формальной организации
(D) необходимость защиты от формальной организации

95. Принцип теории «Зет» являющийся приоритетом для повышения производительности труда -
(A) отказ от увольнений
(B) ротация кадров
(C) нацеленность на обеспечение благосостояния всех сотрудников
(D) участие и руководства и работников в принятии решений, касающихся их работы

96. Высшим достижением школы научного управления является разработка
(A) методов мотивации труда
(B) методов математического моделирования
(C) анализа рабочих операций
(D) способов психологической совместимости работников

97. Определите принципы, лежащие в основы менеджмента?
(A) единоначалие, мотивация, лидерство, обратная связь
(B) научность, ответственность, правильный подбор и расстановка кадров
(C) экономичность, обратная связь, единоначалие, мотивация
(D) все перечисленное

98. Какой вид власти будет наиболее приемлем в исследовательской группе из высококвалифицированных специалистов?
(A) традиции
(B) харизмы
(C) через страх
(D) эксперта

99. При формировании структур управления необходимо принимать во внимание следующее
(A) сколько может потребоваться уровней управления, насколько формальным должно быть взаимодействие
(B) степень централизации, все ли вопросы должно решать высшее руководство
(C) сложность организационной структуры
(D) количество уровней управления. Степень формальности их взаимодействия. Степень централизма. Сложность организационной структуры

100. Факторы, влияющие на индивидуальное поведение и успешность деятельности – это:
(A) все перечисленное
(B) умственные и физические способности, ценности и взгляды
(C) производительность

(D) ценности и притязания, потребности

Итоговый контроль – экзамен.

К экзамену не допускаются студенты, не выполнившие запланированную программу.

7.3.3. Вопросы к экзамену

1. Барьеры к путешествию. Типы туристов.
2. Виды и формы туризма.
3. Воспитательная работа как функция управления туризмом.
4. Деловое общение в туризме.
5. Задачи и содержание организационной работы в туристических агентствах.
6. Значение фирмы и организации делового общения.
7. Истоки современного менеджмента, «школа человеческих отношений», «менеджмент человеческих ресурсов».
8. Личность, власть и авторитет менеджера.
9. Международный туризм в России.
10. Менеджмент рекреации и туризма.
11. Организация и эффективность экологического туризма.
12. Основные понятия принятые в менеджменте.
13. Основные принципы управления и их характеристика.
14. Особенности туристского менеджмента и тенденции его развития.
15. Особенности управления туризмом в рыночных отношениях.
16. Понятие о менеджменте.
17. Понятие о методах управления и их характеристика.
18. Понятие о функциях управления.
19. Преимущество и ограничения основных средств рекламы.
20. Профессионализм персонала туристской фирмы. Безопасность туристских услуг.
21. Процесс принятия управленческих решений.
22. Развитие менеджмента в рекреации и туризме в России.
23. Рекреационный и туристический потенциал Смоленщины, состояние и основные тенденции развития.
24. Роль рекламы и пропаганды услуг в сфере туризма.
25. Роль руководящих кадров в обеспечении эффективности руководства туристической фирмой.

26. Социальная сфера как внешняя среда развития рекреации и туризма.
27. Социально-психологические методы управления.
28. Туризм как динамично-развивающаяся отрасль экономики.
29. Туризм как социально-культурное явление современности.
30. Управление конфликтами и стрессами.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

основная литература:

1. Менеджмент рекреации и туризма. Ч.1 [Электронный ресурс] / И.И. Старкова, А.В. Мантатова .— Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2017 .— 100 с. — ISBN 978-5-9793-0988-0 .— Режим доступа: https://rucont.ru/efd/634016

2. Зайцева, Н.А. Менеджмент в сервисе и туризме [Текст] : учеб. пособие / Н.А. Зайцева. - 2-е изд., доп. - Москва : ФОРУМ, 2009. - 368 с.

3. Киреева, Ю. А. Основы туризма [Электронный ресурс] : учеб.-практ. пособие / Российская международная академия туризма, Ю. А. Киреева .— 2-е изд., стер. — М. : Советский спорт, 2010 .— 108 с. — ISBN 978-5-9718-0497-0 .— Режим доступа: https://rucont.ru/efd/211668

дополнительная литература;

1. Бикташева, Д.Л. Менеджмент в туризме [Текст] : учеб. пособие / Д.Л. Бикташева, Л.П. Гиевая, Т.С. Жданова. - Москва : Альфа-М, 2007. - 272 с. – 16 экз.

2. Гаранин, Н.И. Менеджмент безопасности в туризме и гостеприимстве [Электронный ресурс] : учебник / Н.И. Гаранин .— М. : Советский спорт, 2005 .— 113 с. — (Профессиональное туристское образование) .— ISBN 5-9718-0055-8 .— ISBN 978-5-9718-0055-8 .— Режим доступа: https://rucont.ru/efd/271104

Гаранин, Н.И. Менеджмент безопасности в туризме и гостеприимстве [Текст] : учебник / Н.И. Гаранин ; Российская международная академия туризма. - Москва : Советский спорт, 2005. - 224 с. – 5 экз.

3. Тимохина, Т.Л. Организация административно - хозяйственной службы гостиницы [Текст] : учеб. пособие / Т.Л. Тимохина. - Москва : ФОРУМ, 2009. - 256 с. : ил.-6 экз.

4. Дурович, А.П. Реклама в туризме [Текст] : учеб. пособие / А.П. Дурович. - 5-е изд., перераб. и доп. - Москва : ИНФРА-М, 2010. - 158 с. – 10 экз.

1. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту: http://lib.sportedu.ru
4. Экономический справочник: http://econtool.com/entsiklopedii-ekonomicheskoy-nauki.html

2.Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Изучение курса «Основы менеджмента рекреации и туризма» предполагает использование следующих форм обучения: лекций, семинаров, самостоятельной работы.

Важным условием успешного изучения дисциплины является системный подход в организации учебного процесса. В этой связи изучение предмета целесообразно начинать с освоения основных понятий в теории менеджмента. Успешное изучение основ отраслевых дисциплин возможно при условии формирования у студентов целостного представления о закономерностях управленческой деятельности.

При изучении основ различных отраслей теории менеджмента следует обращать особое внимание на освоение понятийного аппарата отдельных отраслей, а также на изучение содержания экономических норм, составляющих важнейшие институты той или иной отрасли.

С этими целями, помимо изучения лекционных материалов, необходимо использование учебных пособий по теории менеджмента и отдельным отраслевым дисциплинам, а также текстов нормативных актов. Учитывая то обстоятельство, что данный курс изучается магистрантами специальностей, основное внимание должно быть уделено изучению важнейших положений фундаментальных основ в области управления организации.

Методические рекомендации студенту к написанию реферата и контрольной работы.

В ходе изучения дисциплины студенты пишут реферативные и контрольные работы, что является одним из видов самостоятельной работы.

При условии, что тема будет раскрыта, объем реферата или контрольной работы (для студентов-заочников) должна составлять не менее 12-15 страниц печатного текста. Время озвучивания реферата должно занимать не более 15 минут. Работа, дословно списанная с какого-либо учебного пособия или другого источника, не засчитывается и возвращается для переработки.

Реферат или контрольная работа должны содержать план с указанием страниц. План должен иметь следующие разделы:

1) Введение, в котором необходимо обосновать выбранную тему, показать ее актуальность, значимость, изученность, установить цели и задачи работы.

2) 2-3 главы (раздела), в которых раскрывается содержание выбранной темы. Непременным условием положительной оценки работы является адаптация описываемых фактов, процессов, явлений применительно к сегодняшнему дню, региону, области.

3) Заключение, содержащее выводы, соответствующие целям работы, обозначенным во введении.

В конце работы необходимо представить список используемой литературы, правильно указав выходные данные публикаций (не менее 5).

При написании текста нужно следить за логикой изложения, не допуская повторов, правильно и полно раскрывать все определенные планом вопросы. Цитаты, фактический и статистический материалы должны иметь ссылки на источники, которые можно разместить внизу страницы, в контексте, в конце главы (раздела) или в конце реферата, контрольной работы по усмотрению автора. Титульный лист работы должен быть правильно и аккуратно оформлен. Допускается выполнение реферата, контрольной работы в рукописном варианте на листах формата школьной тетради, а также отпечатанном на машинке или принтере компьютера.

Выполняя самостоятельную работу под контролем преподавателя студенту необходимо:

- освоить минимум содержания, выносимый на самостоятельную работу студентов и предложенный преподавателем в соответствии с Государственными образовательными стандартами высшего профессионального образования по данной дисциплине;
- планировать самостоятельную работу в соответствии с графиком самостоятельной работы, предложенным преподавателем;
- самостоятельную работу студент должен осуществлять в организационных формах, предусмотренных учебным планом и рабочей программой преподавателя;
- выполнять самостоятельную работу и отчитываться по ее результатам в соответствии с графиком представления результатов, видами и сроками отчетности по самостоятельной работе студентов;

Помните: чтобы выполнить весь объем самостоятельной работы, необходимо заниматься по 3 - 5 часов ежедневно. Начинать самостоятельные внеаудиторные занятия следует с первых же дней семестра, пропущенные дни будут потеряны безвозвратно, компенсировать их позднее усиленными

занятиями без снижения качества работы и ее производительности невозможно. Первые дни семестра очень важны для того, чтобы включиться в работу, установить определенный порядок, равномерный ритм на весь семестр.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;
2. Выделите главное, составьте план;
3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;
4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.
5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли.

В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля

Самостоятельная работа является одним из важнейших элементов познавательной деятельности и составляющих учебного процесса. Она проводится с целью закрепления и углубления экономических знаний, полученных на лекциях, подготовки к предстоящим семинарским занятиям, зачетам и экзаменам, формирования самостоятельности и инициативы в поиске и приобретении знаний. Она должна носить систематический и непрерывный характер.

Самостоятельная работа студентов включает в себя следующие приемы:

- уяснение задания;
- составление плана и определение порядка самостоятельной работы;
- получение литературы и работа с ней;
- анализ выполненного, устранение недостатков;
- сделать самостоятельные выводы и обобщения.

Успех самостоятельной работы по экономике при всех условиях предопределяется личностью самого студента.

Групповые проекты и совместные презентации являются важными компонентами успешного освоения любой дисциплины. Именно поэтому большую роль при проведении семинарских занятий мы уделяем презентациям студенческих самостоятельных исследовательских работ и домашних заданий. При этом именно каждый участник семинара (практического занятия в форме коллективных докладов-презентаций) **оценивает** выступление одногруппника и **задает вопросы**. Ваша задача наблюдать за ходом и содержанием презентации и критически оценить участников. На каждое выступление устанавливается лимит времени от 5 до 15 мин. (об этом Вас заранее уведомит преподаватель).

Вот простые правила, которые надо соблюдать, чтобы Ваше выступление было оценено максимально высоко:

1. Выступление должно быть: *понятным для аудитории; лаконичным; законченным; наглядным.*
2. Выступление должно иметь четкую структуру:

- ✓ Актуальность (чем данная тема интересна для изучения, почему я ее выбрал и т.д.).
- ✓ Цель и задачи исследования (должны соответствовать структуре содержания и выводам).
- ✓ Основной текст содержания.
- ✓ Заключение и выводы (должны соответствовать цели и задачам).

3. Выступление следует иллюстрировать слайдами, рисунками, схемами, таблицами, видеороликами и т.д. При этом представляемые рисунки, графики, таблицы следует комментировать.
4. На слайды нельзя выносить сплошной текст и просто считывать его.
5. Речь выступающего должна быть грамотной, четкой, научной.
6. Все новые термины, понятия и аббревиатуру, используемые в докладе, необходимо объяснять и расшифровывать.

3.Материально-техническое обеспечение дисциплины

№	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Ауд. 80 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов - 10; для преподавателя - 1. Мультимедийная доска - 1. Перечень технических средств обучения: рабочие станции 2 шт, принтер. Комплекты раздаточных материалов и библиотечный фонд кафедры: «Математика», «Математические методы в ФКиС», «Физика», «Информационные технологии», «Информатика».
2.	Ауд. 83 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	30 посадочных мест: для студентов - 30; для преподавателя - 1. рабочие станции – 1 шт, Проектор, экран, учебная доска для мела.
3.	Ауд. 84 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	30 посадочных мест: для студентов - 18; для преподавателя - 1.
4.	Ауд.№ 88 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов -30; для преподавателя -2. Учеб.доска для мела - 2. Перечень технических средств обучения: рабочие станции - 32 шт, проектор, экран.
5.	Аудитория № Д1 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов -14; для преподавателя -1.

		Учеб.доска для мела - 1. Перечень технических средств обучения: рабочие станции 15 шт, принтер.
6.	Читальный зал библиотеки учебного корпуса №1, пр.Гагарина21	28 посадочных мест, рабочие станции – 10 штук, принтер, ксерокс, телевизор

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система

9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано:
Ответственный за основную профессиональную образовательную программу по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно – оздоровительный туризм» квалификация бакалавр.

К.п.н., доцент кафедры туризма
и спортивного ориентирования З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра спортивной медицины и адаптивной физической культуры

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
протокол № 14
«12» мая 2026 г
Заведующая кафедрой О.А. Комачева

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«___» _____ 2026 г

Рабочая программа по дисциплине

МАССАЖ

Основной профессиональной образовательной программы

по направлению подготовки

49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): Спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная
Курс – 4,5
Семестр – 8,9
Итоговая форма контроля: зачет

Рабочую программу разработала:
Ситкина М.Г., к.п.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального образовательного стандарта……. 3
2. Результаты обучения по дисциплине……... 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП……. 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы……... 6
5. Содержание дисциплины……. 6
   5.1. Количество часов по видам занятий……. 6
   5.2. Содержание дисциплины по видам занятий..... 7
      5.2.1. Содержание лекционных занятий…… 7
      5.2.2. Содержание практических занятий……. 7
6. Самостоятельная работа студентов…….. 9
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации… 12
   7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины…… 12
   7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы……. 13
      7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля.. 13
      7.2.2. Тестовые задания по дисциплине…… 13
      7.2.3. Вопросы к зачёту …….. 16
      7.2.4. Темы рефератов…… 17
8. Перечень основной и дополнительной литературы……. 17
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины……. 18
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины…… 18
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины…… 19

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

УК-7 – способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ПК-6 – способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питании

В результате обучения по дисциплине студент должен	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать: - преподаваемый предмет в пределах требований государственных образовательных стандартов; - способы выполнения массажных приемов с учетом специфики выбранного вида спорта **Уметь:** - объективно оценивать знания обучающихся на основе тестирования - использовать полученные знания в профессиональной	01.001. «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» B/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования ПС 05.005 – Специалист по инструкторской и	УК-7

деятельности; - обучать спортсменов приемам и методам массажа для достижения спортивного результата **Иметь опыт:** - организация, осуществление контроля и оценка учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы - проведение со спортсменами тренировок на основе комплекса общеразвивающих и специальных упражнений, в том числе с использованием методики массажа.	методической работе в области физической культуры и спорта F/ 03.6 Разработка и внедрение программ физического воспитания и физического развития населения	
Знать: - анатомо-физиологические основы массажа показания и противопоказания к массажу; - классификацию видов массажа; классификацию приемов массажа; особенности физиологического воздействия, технику и методику выполнения приемов массажа; **Уметь:** - использовать массаж при занятиях физической культурой и спортом; **Иметь опыт:** - владения техникой и методикой выполнения приемов массажа отдельных анатомических областей тела; - владения методикой проведения массажа при занятиях физической культурой и спортом.	ПС 01.001 Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) (ПОО) A/01.6. Общепедагогическая функция. Обучение. ПС 05.005 «Инструктор-методист» C/01.5 Организация проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации	ПК-6

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Массаж относится к обязательным дисциплинам вариативной части Б1.В.ОД13 образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 и на 5 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля): зачет.

Для успешного освоения дисциплины необходимы усвоение основ анатомии, физиологии, гигиены, теории и методики физического воспитания.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры	
			8	9
Лекции		2	2	
Практические занятия		14	6	8
Лабораторные работы				
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)		4		зачёт
Самостоятельная работа		88	44	44
Общая трудоёмкость	часы	**108**		
	ЗЕ	**3**		

5. Содержание дисциплины по видам занятий

5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа
Раздел 1. Введение в дисциплину «Массаж»	16	2			14
Раздел 2. Классификация массажа	16		2		14
Раздел 3. Методика и техника выполнения приемов массажа	24		10		14
Раздел 4. Массаж отдельных анатомических областей	16		2		14
Раздел 5. Спортивный массаж	16				16
Раздел 6. Самомассаж	16				16
	104/4	2	14		88

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

Дисциплина включает следующие виды занятий: лекции, практические занятия, самостоятельная работа студентов.

5.2.1. Содержание лекционных занятий

Раздел 1. Введение в дисциплину «Массаж».

Теоретический раздел (лекция 2 часа). Введение в дисциплину «массажа» Понятие о массаже, его цель и задачи. Роль массажа в системе физического воспитания. Краткие исторические сведения о возникновении и развитии массажа. Анатомо-физиологические основы массажа: Организация труда массажиста.

Теоретические вопросы

1. История развития массажа.
2. Анатомо-физиологические основы массажа.
3. Организация труда массажиста.
4. Показания и противопоказания к применению массажа.
5. Смазывающие средства.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** об основных этапах истории развития массажа, анатомо-физиологических основ массажа, показаний и противопоказаний к назначению массажа; **умений** организовывать труд массажиста; **навыка** выявить противопоказания к назначению массажа (УК-7, ПК-6). Литература: основная [1,2], дополнительная [1].

5.2.2. Содержание практических занятий

Раздел 1. Введение в дисциплину «Массаж».

Раздел 2. Классификация массажа.*

Интерактивная форма обучения (учебные групповые дискуссии 2 часа). Характеристика гигиенического, косметического, спортивного, лечебного массажа.

Системы массажа. Российская, Шведская, Финская, Восточная. Методы массажа: Ручной, аппаратный (вибро-, пневмо-, гидромассаж). Формы массажа: общий и частный массаж.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** об системах, методах, формах и видах массажа; **умений** отличать Российскую, Шведскую, Финскую и Восточную системы; **навыка** применять массажные приемы при частном массаже (УК-7, ПК-6). Литература: основная [1,2], дополнительная [1,2].

Теоретические вопросы

1.Системы массажа.
2.Методы массажа.
3.Формы массажа.
4.Виды массажа.

Раздел 3. Методика и техника выполнения приемов массажа.

Практические занятия (10 часов)

Занятие № 1 – практическое. Тема – поглаживание (2 часа)

Место проведения – кабинет массажа.

Цель занятия – изучить методику и технику выполнения приемов поглаживания.

Должен знать – приемы поглаживания.

Уметь – выполнить приемы поглаживания.

Занятие № 2 – практическое. Тема – выжимание(2 часа)

Место проведения – кабинет массажа.

Цель занятия – изучить методику и технику выполнения приемов выжимания

Должен знать – приемы выжимания

Уметь – выполнить приемы выжимания.

*Занятие № 3 - практическое. Тема растирание (2 часа***)**

Место проведения – кабинет массажа.

Цель занятия – изучить методику и технику выполнения приемов растирания.

Должен знать – приемы растирания.

Уметь – выполнить приемы растирания.

Занятие № 4 - практическое. Тема – разминание (2 часа)

Место проведения – кабинет массажа

Цель занятия – изучить методику и технику выполнения приемов разминания.

Должен знать – приемы разминания.

Уметь – выполнить приемы разминания.

Занятие №5 – практическое. Тема – вибрация (сотрясающие приемы и ударные приёмы) (2 часа). Место проведения – кабинет массажа.

Цель занятия - изучить приемы непрерывистой и прерывистой вибрации (сотрясающие приемы, ударные приёмы).

Должен знать – сотрясающие и ударные приемы.

Уметь – выполнить сотрясающие и ударные приемы.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** об классификации видов спортивного массажа; **умений** применять методику спортивного массажа; **навыка** использования массажа при спортивных травмах (УК-7, ПК-6). Литература: основная [1,2], дополнительная [1,2].

Раздел 4. Массаж отдельных анатомических областей (2 часа)

Место проведения – кабинет массажа.

Практическое овладение навыками выполнения приемов массажа на различных участках тела. Массаж спины. Массаж верхних конечностей Массаж нижних конечностей. Массаж груди, живота. Массаж волосистой части головы, лица. Общий массаж.

Должен знать особенности проведения массажа на различных участках тела.

Уметь выполнить массаж различных участков тела. Общий массаж.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** о приёмах спортивного массажа, особенностях проведения массажа на различных участках тела; **умений** применять методику спортивного массажа на отдельных участках тела; **навыка** овладения выполнения приёмов массажа на различных участках тела (УК-7, ПК-6). Литература: основная [1,2], дополнительная [1,2].

6.Самостоятельная работа студентов

На самостоятельную работу студентов отводится 88 часов, которые необходимы для изучения учебного материала.

№ п\п	Содержание работы Темы занятий	Количество часов	Виды контроля
1.	**Введение в дисциплину «Массаж».** *История развития массажа. Физиологическое обоснование массажа. Организация труда массажиста.* Литература: основная [1,2], дополнительная [1].	14	Опрос
2.	**Классификация массажа.** *Системы массажа. Методы массажа: Формы массажа. Виды массажа.* Литература: основная [1,2], дополнительная [1,2].	14	Контрольная работа
3.	**Методика и техника выполнения приемов массажа.** *Приемы классического массажа.* Литература: основная [1,2], дополнительная [1,2].	14	Опрос

4.	**Массаж отдельных анатомических областей.** Литература: основная [1,2], дополнительная [1,2].	14	Опрос
5.	**Спортивный массаж.** Литература: основная [1,2], дополнительная [1,2].	16	Реферат
6.	**Самомассаж.** Литература: основная [1,2], дополнительная [1,2].	16	Реферат

Перечень основной и дополнительной литературы для самостоятельной работы:

Основная литература:

1. Налобина, А.Н. Основы массажа. Спортивный массаж [Электронный ресурс] : учеб. пособие / И.Г. Таламова, Л.Е. Медведева, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, А.Н. Налобина .— 2-е изд. — Омск : Изд-во СибГУФК, 2013 .— 140 с. : ил. — Режим доступа: https:// lib.rucont.ru/efd/640954

2. Погосян, М.М. Методика применения предварительного массажа в спорте [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / М.М. Погосян .— Малаховка : МГАФК, 2008 .— 36 с. — Режим доступа: https:// lib.rucont.ru/efd/228989

Дополнительная литература:

1. Бахарева, А.А. Массаж [Электронный ресурс] : Методические рекомендации для подготовки к теоретическим и практическим занятиям и для самостоятельного изучения дисциплины студентам по специальности 032101.65 «Физическая культура и спорт» / А.А.Бахарева, Н.А.Власова, П.Н.Левашов, А.А. Бахарева .— М. : РГУФКСМиТ, 2012 .— 67 с. — Режим доступа: https:// lib.rucont.ru/efd/202915

2. Бирюков, А.А. Особенности русского классического массажа в различных видах спорта [Электронный ресурс] : монография / А.А. Бирюков .— М. : Физическая культура, 2008 .— 304 с. : ил. — Библиогр.: с. 301-302 .— ISBN 978-5-9746-0099-9 .— Режим доступа: https:// lib.rucont.ru/efd/286726

Вопросы для самоподготовки:

1. Развитие массажа в Индии, Египте, Китае, Древней Греции, Древнем Риме. Массаж в России.

2. Массаж как составная часть комплексного лечения.

3. Механизм воздействия массажа на организм (нервно-рефлекторный, гуморальный, механический).

4. Влияние массажа на нервную систему, кожу, сосудистую систему, мышечную систему, суставно-связочный аппарат, работу внутренних органов и обмен веществ.

5. Гигиенические требования предъявляемые к помещению, массажисту и массируемому. Режим работы массажиста (количество условных единиц)

6. Показания и противопоказания к применению массажа. Смазывающие средства.

7. Характеристика гигиенического, косметического, спортивного, лечебного массажа.

8. Системы массажа: Российская, Шведская, Финская, Восточная.

9. Методы массажа: Ручной, аппаратный (вибро-, пневмо-, гидромассаж). Формы массажа: общий и частный массаж.

10. Понятие о сегментарных зонах. Зоны Захарьина-Геда. Рефлекторно-сегментарный массаж.

11. Точечный массаж.

12. Соединительнотканный массаж.

13. Баночный массаж.

14. Массаж спины.

15. Массаж верхних конечностей.

16. Массаж нижних конечностей.

17. Массаж груди, живота.

18. Массаж волосистой части головы лица.

19. Общий массаж.

20. Виды спортивного массажа

21. Банные процедуры и массаж в практике спорта.

23. Массаж при спортивных травмах и некоторых заболеваниях связанных со спортом

24. Особенности методики сеанса массажа в отдельных видах спорта

25. Исходные положения для проведения самомассажа

26. Противопоказания для самомассажа

27. Методика самомассажа

28. Самомассаж отдельных частей тела

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции	Индикаторы достижения компетенций
УК-7	ПС 01.001 Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) (ПОО) A/01.6. Общепедагогическая функция. Обучение. ПС 05.003 Тренер Д/02.6 Совершенствование специальных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма спортсменов	**Знает (пороговый уровень):** - преподаваемый предмет в пределах требований государственных образовательных стандартов; - способы выполнения массажных приемов с учетом специфики выбранного вида спорта **Умеет (стандартный уровень):** - объективно оценивать знания обучающихся на основе тестирования **-** использовать полученные знания в профессиональной деятельности; - обучать спортсменов приемам и методам массажа для достижения спортивного результата **Имеет опыт (эталонный уровень):** - организация, осуществление контроля и оценка учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы - проведение со спортсменами тренировок на основе комплекса общеразвивающих и специальных упражнений, в том числе с использованием методики массажа.
ПК-6	ПС 01.001 Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального	**Знает (пороговый уровень):** - анатомо-физиологические основы массажа показания и

	общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) (ПОО) А/01.6. Общепедагогическая функция. Обучение. ПС 05.005 «Инструктор-методист» С/01.5 Организация проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации	противопоказания к массажу; - классификацию видов массажа; классификацию приемов массажа; особенности физиологического воздействия, технику и методику выполнения приемов массажа; **Умеет (стандартный уровень):** - использовать массаж при занятиях физической культурой и спортом; **Имеет опыт (эталоный уровень):** - владения техникой и методикой выполнения приемов массажа отдельных анатомических областей тела; - владения методикой проведения массажа при занятиях физической культурой и спортом.

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущая аттестация - устный опрос, проведение контрольных работ, практическая демонстрация техники и методики выполнения приемов массажа.

Промежуточная аттестация - тестирование по разделам, итоги контрольной недели.

Итоговая аттестация – зачет – 3 курс 6 семестр.

7.2.2. Тестовые задания по дисциплине

Инструкция: при выполнении тестовых заданий указать только один верный ответ.

1. Физиологическое действие приема «разминание» состоит в:

а) **усилении сократительной функции мышц и повышении эластических свойств мышечной ткани**

б) улучшении питания тканей, понижении эластических свойств мышечной ткани

в) замедлении обмена веществ

2. Влияние массажа на суставной аппарат:

а) улучшается кровообращение в суставе, активизируется секреция синовиальной жидкости, снижается эластичность связочного аппарата

б) **способствует рассасыванию отеков, выпотов в суставах, увеличивает эластичность связочного аппарата**

в) расслабляет сумочно-связочный аппарат, снижается эластичность связочного аппарата

3. Влияние массажа на кожу:

а) удаление с кожи «омертвевших» клеток

б) улучшение кожного дыхания

в) усиление выведения продуктов распада

г) **все верно**

4. Влияние массажа на дыхательную систему:

а) **увеличение потребления кислорода**

б) уменьшение выделения углекислоты

в) уменьшение глубины дыхания

5. Влияние массажа на мышечную систему:

а) снижение эластичности мышечных волокон, увеличение работоспособности утомленных мышц

б) **улучшение кровообращения и окислительно-восстановительных процессов в мышцах, увеличение работоспособности утомленных мышц**

в) снижение силы мышц, повышение сократительной функции

6. Влияние массажа на нервную систему:

а) **уменьшение болевых ощущений, улучшение функционального состояния проводящих путей**

б) замедление созревания рубцовой ткани в нервных волокнах, ухудшение проводимости нервных импульсов

в) ухудшение проводимости нервных импульсов

7. Температура воздуха в массажном кабинете должна составлять:

а) 14-16°С

б) 17-19°С

в) **20-22°С**

8. Высота кушетки зависит от:

а) **роста массажиста**

б) роста массируемого

в) высоты массажного стула

9. При массаже поясничной области поглаживание выполняется в направлении:

а) подключичных лимфатических узлов

б) подмышечных лимфатических узлов

в) **паховых лимфатических узлов**

10. При выполнении какого приема рука свободно скользит по коже не сдвигая ее?

а) **поглаживание**

б) растирание

в) разминание

11. Физиологическое действие приема «разминание» состоит:

а) **в усилении сократительной функции мышц и повышении эластических свойств мышечной ткани**

б) в снижении эластических свойств мышечной ткани

в) в замедлении обмена веществ

12. На одно рабочее место отводится

а) 4 кв.м

б) 6 кв.м

в) **8 кв.м**

13. Виды спортивного массажа:

а) тренировочный, предварительный, гигиенический

б) **восстановительный, тренировочный, предварительный**

в) послестартовый, предстартовый, восстановительный

14. Методика восстановительного массажа зависит:

а) **от интервала отдыха между нагрузками, индивидуальных особенностей спортсмена, вида спорта**

б) только от степени утомления

в) ни отчего не зависит

15. При восстановительном массаже необходимо учитывать:

а) мышцы несущие основную нагрузку

б) избранный вид спорта

в) индивидуальные особенности спортсмена

г) время до следующей нагрузки

д) **все верно**

16. Обычно принято начинать и заканчивать массаж приемом:

а) выжимание

б) разминание

а) **поглаживание**

17. «Ударные» приемы массажист выполняет за счет движения:

а) в локтевом суставе

б) в плечевом суставе

в) **в лечезапястном**

г) всем корпусом

18. Вибрация, как прием массажа, это:

а) манипуляция, при которой массирующая рука никогда не скользит по коже

б) манипуляция, при которой массирующая рука скользит по коже

в) **манипуляция, при которой массирующая рука передает телу массируемого колебательные движения**

19. «Пиление» и «пересекание» это приемы:

а) разминания

б) **растирания**
в) поглаживания
20. «Растирание» способствует:
а) **растяжению рубцов и спаек**
б) уменьшению притока крови
в) уплотнению рубцов

7.2.3. Вопросы к зачёту

1.Возникновение и развитие массажа.
2.Роль наших соотечественников в развитии массажа.
3.Роль массажа в системе реабилитации.
4.Физиологические механизмы, объясняющие влияние массажа на организм.
5.Влияние массажа на нервную систему.
6.Влияние массажа на кожу.
7.Влияние массажа на мышечную систему.
8.Влияние массажа на кровеносную и лимфатическую системы.
9.Влияние массажа на сумочно-связочный аппарат.
10.Влияние массажа на обмен веществ.
11.Поглаживание. Разновидности приема. Физиологическое действие.
12.Выжимание. Разновидности приема. Физиологическое действие.
13.Растирание. Разновидности приема. Физиологическое действие.
14.Разминание. Разновидности приема. Физиологическое действие.
15.Сотрясающие приемы. Разновидности приема. Физиологическое действие.
16.Ударные приемы. Разновидности приема. Физиологическое действие.
17Движение. Разновидности приема. Физиологическое действие.
18.Влияние массажа на функцию дыхания.
19.Показания и противопоказания к массажу.
20.Характеристика методов и форм массажа.
21.Характеристика смазывающих средств, применяемых в массаже.
22.Самомассаж.
23.Основные правила выполнения массажных приемов.
24.Системы, методы, Формы массажа.
25.Виды массажа. Классификация.
26. Гигиенические основы массажа.
27.Организация труда массажиста.
28. Классификация приемов массажа.
29. Тонизирующие и успокаивающие приемы массажа.
30.Использование мазей, кремов, растирок, гелей в массаже.
33.Аппаратные виды массажа.
35.Общий массаж. Схема проведения.
36.Сеанс массажа. Курс массажа.
37.Требования, предъявляемые к помещению и инвентарю.
38.Требования, предъявляемые к массажисту, массируемому.

39.Виды спортивного массажа.
40.Гигиенический массаж.
41.Косметический массаж.
42.Массаж при ушибах, вывихах и растяжениях связок суставов.

7.2.4 Темы рефератов

1. Возникновение и развитие массажа.
2. Роль наших соотечественников в развитии массажа.
3. Роль массажа в системе реабилитации.
4. Роль массажа в системе физического воспитания.
5. Физиологические механизмы, объясняющие влияние массажа на организм.
6. Массаж при судорогах икроножных мышцах.
7. Использование мазей, кремов, растирок, гелей в массаже.
8. Массаж при ушибах, вывихах и растяжениях связок суставов.
9. Применение сауны при занятиях спортом.
10. Самомассаж.
11. Спортивный массаж.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература:

1. Налобина, А.Н. Основы массажа. Спортивный массаж [Электронный ресурс] : учеб. пособие / И.Г. Таламова, Л.Е. Медведева, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, А.Н. Налобина .— 2-е изд. — Омск : Изд-во СибГУФК, 2013 .— 140 с. : ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/640954

3. Погосян, М.М. Методика применения предварительного массажа в спорте [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / М.М. Погосян .— Малаховка : МГАФК, 2008 .— 36 с. — Режим доступа: https:// lib.rucont.ru/efd/228989

Дополнительная литература:

1. Бахарева, А.А. Массаж [Электронный ресурс] : Методические рекомендации для подготовки к теоретическим и практическим занятиям и для самостоятельного изучения дисциплины студентам по специальности 032101.65 «Физическая культура и спорт» / А.А.Бахарева, Н.А.Власова, П.Н.Левашов, А.А. Бахарева .— М. : РГУФКСМиТ, 2012 .— 67 с. — Режим доступа: https:// lib.rucont.ru/efd/202915

2. Бирюков, А.А. Особенности русского классического массажа в различных видах спорта [Электронный ресурс] : монография / А.А. Бирюков .— М. : Физическая культура, 2008 .— 304 с. : ил. — Библиогр.: с. 301-302 .— ISBN 978-5-9746-0099-9 .— Режим доступа: https:// lib.rucont.ru/efd/286726

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1. Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система НЦР «Руконт» [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://lib.rucont.ru/

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://elibrary.ru/
2. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
3. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru/
4. Медицинская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.booksmed.com/

Справочно-информационные системы:

1. «КонсультантПлюс» [Электронный ресурс]: справочная правовая система. – Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. «Гарант» [Электронный ресурс]: справочная правовая система. – Режим доступа: http://www.garant.ru

Поисковые системы:

1. Поисковая система Google [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.google.ru/
2. Поисковая система Яндекс [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://yandex.ru/

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

При изучении темы «История развития массажа» – студентам необходимо обратить внимание на развитие массажа в Греции, Китае, Индии, в странах Востока, роли наших соотечественников в развитии массажа.

При изучении темы «Анатомо-физиологическое обоснование влияния массажа на организм человека» студент должен четко представлять нервно-рефлекторный механизм, гуморальное и механическое влияние массажа, влияние массажа на кожу, нервную систему сердечно-сосудистую систему, мышечную систему, обмен веществ.

При изучении темы «Гигиенические основы массажа» необходимо знать требования, предъявляемые к массажному помещению, массажисту и массируемому, показания и противопоказания к проведению массажа.

При изучении темы «Классификация массажа» необходимо знать системы массажа, методы, формы и виды массажа.

При изучении темы «Методика и техника выполнения массажных приемов» необходимо знать особенности физиологического воздействия приемов массажа на организм человека, уметь выполнять приемы массажа на различных участках тела в зависимости от поставленных задач.

При изучении темы «Самомассаж» необходимо знать общие правила проведения самомассажа. Исходные положения при выполнении самомассажа различных областей.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 301 -помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 22; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная.
2.	Аудитория № 303 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 22; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная.
	Аудитория № 304 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 22; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная.

Лицензионное программное обеспечение

е	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
2	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений
3	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на	16.08.2016	Интернет-браузер (в реестре

	использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/		отечественного ПО номер 3722)
4	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО (в реестре отечественного ПО номер 3205)

Согласовано

Ответственный за ОПОП
к.п.н., доцент _____ З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ОЦЕНКА ТУРИСТСКО-РЕКРЕАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА ТЕРРИТОРИЙ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 4, 5
Семестр – 8, 9
Итоговая форма контроля – зачет (9 семестр)

Рабочую программу разработала:
Матвеева А.В., к.п.н., ст. преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта……... 3
2. Результаты обучения по дисциплине……. 3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП……. 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы……. 5
5. Содержание дисциплины…… 6
5.1 Количество часов по видам занятий…… 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий…… 8
5.2.1 Содержание лекционных занятий……. 8
5.2.2 Содержание семинарских занятий…… 10
6. Самостоятельная работа студентов…… 11
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации…. 14
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины…….. 14
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы……. 14
8. Перечень основной и дополнительной литературы……. 19
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины…… 20
9.1 Электронные библиотечные системы…….. 20
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы…… 21
10. Методические указания по освоению дисциплины…… 22
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины…… 26
12. Лицензионное программное обеспечение……... 28

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО 3++, по направлению подготовки **49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»** утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 943 от 19.09.2017 г., с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включают:

01 – Образование и наука (в сфере дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 – Культура, искусство (в сфере туризма, в сфере санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 – Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- педагогический;
- организационно-управленческий;
- научно-исследовательский;
- тренерский;
- организационно-методический;
- рекреационно-оздоровительный.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-2 – Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений;

ПК-9 – Способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с целью успешной реализации рекреационного-оздоровительного, спортивного

туристского и фитнес продукта.

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знает: - порядок подготовки и разработки технических и технологических документов на туристский продукт; - набор требований, предъявляемых к туристской услуге; - основные этапы проектирования турпродукта; - методологические подходы к формированию устойчивого развития туристско-рекреационных территорий.		УК-2 ПК-9
Умеет: - подготовить технические и технологические документы на туристский продукт; - учитывать важнейшие требования, предъявляемые к туристской услуге; - выполнять технологические операции на всех этапах проектирования турпродукта; - самостоятельно определять оптимальные подходы к формированию устойчивого развития туристско-рекреационных территорий.		
Имеет опыт: - владения методикой подготовки и разработки технических и технологических документов на туристский продукт; - владенияосновными требованиями, предъявляемыми к туристской услуге; - владениятехнологическими операциями на всех этапах проектирования турпродукта; - владенияметодами определения оптимальных подходов к формированию устойчивого развития туристско-рекреационных территорий на разных уровнях (федеральном, региональном, муниципальном (локальном) уровне).		

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Учебная дисциплина «Оценка туристско-рекреационного потенциала территорий» к обязательной части образовательной программы 1 Блока дисциплин **(Б1.О.09).**

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4-5 курсе в 8-9 семестрах, по заочной форме обучения.

Итоговая форма контроля – зачет.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: «Рекреалогия», «Основы спортивно-оздоровительного туризма», «География рекреационных систем и туризма», «Инновации в рекреации и туризме».

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Трудоемкость дисциплины «Оценка туристско-рекреационного потенциала территорий» **72** часа, из них 12 часов аудиторной работы из них часов – **6** лекции, **6** часов –семинарские занятия, самостоятельная работа студентов составляет **56** часов, аттестация (зачет) – **4** часа.

Учебный процесс по курсу «Оценка туристско-рекреационного потенциала территорий» проводится в форме лекций, семинарских занятий и самостоятельной работы студентов.

Учет успеваемости ведется в виде микрозачетов по пройденным темам и итогового зачета, проводимого в срок, установленный учебным планом. Зачеты выставляются за знание пройденных разделов теоретического курса и выполнение установленных требований по практической и самостоятельной работе.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
Контактная работа преподавателей с обучающимися	12	8-9
Лекции	6	8-9
Практические занятия	6	8-9
Промежуточная аттестация (зачет)	4	9
Самостоятельная работа	56	8-9
Всего	72	
Общая трудоемкость	2	

5.Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

№№ тем	Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
			Лекции	Практ. занятия	Самост. работа
Тема 1. Сущность и задачи туристско-рекреационного проектирования					
1.	Цель и задачи изучения дисциплины. Методический инструментарий курса. Межпредметные связи. Система научных знаний для обоснования и обеспечения проектов. Методология проектной деятельность в туристской индустрии. Основные категории, элементы и принципы организации проектной деятельности.	7	2	-	5
Тема 2.Методы туристско-рекреационного проектирования					
2.	Технологии и инструментарий решения различных типов проблем в современных системах туристской индустрии, методы и инструменты управления проектами.	7	-	2	5
3.	Принципы туристско-рекреационного проектирования. Виды и методы проектирования: эскизное, физическое и другие. Мастер-планы.	10	-	-	10
Тема 3. Основные процедуры проектирования турпродукта					
4.	Подготовка и разработка технических и технологических документов на туристский продукт в соответствии с программой обслуживания туристов и условиями путешествия.Разработка модели туристской услуги. Набор требований, предъявляемых к туристской услуге и согласованных с заказчиком турпродукта. Учет возможностей туроператора и соисполнителей услуг. Составление программы обслуживания туристов.*	12	-	2	10

	Разработка перечня предоставляемых и посещаемых объектов показа и досуговых мероприятий, сформированный в определенной последовательности, с указанием времени, места и условий обслуживания.				
5.	Основные факторы, учитываемые при разработке турпродукта. Конъюнктура рынка туристских услуг. Учет запросов туристов/заказчиков туристского продукта. Состояние и структура объектов туристской индустрии. Результаты маркетинговых исследований. Обеспечение безопасности туристских услуг. Защита прав потребителей туристских услуг.* Предоставление потребителям туристских услуг возможности компетентного выбора. Соблюдение экологических и санитарно-эпидемиологических требований.	7	2	-	5
6.	Формирование туристского продукта в соответствии с техническими и технологическими требованиями. Основные этапы проектирования турпродукта.* Составление моделей туристских услуг. Разработка технических требований и нормируемых характеристики услуг. Установление технологических требований и определение технологии процессов оказания туристских услуг. Определение методов контроля качества проектируемых туристских услуг. Утверждение документов на проектируемые туристские услуги.	10	-	-	10
Тема 4. Важнейшие проблемы туристско-рекреационного освоения территорий					
7.	Понятия туристско-	7	-	2	5

	рекреационного освоения, туристско-рекреационных систем, факторы их формирования, иерархии и эволюции. Направления и уровни освоения. Особые экономические зоны туристско-рекреационного типа.* Сочетание различных направлений и уровня туристско-рекреационного освоения в регионах России.				
8.	Концептуальные основы и технологии рационального использования туристско-рекреационного потенциала территории. Методологические подходы к формированию устойчивого развития туристско-рекреационных территорий.* Методология прогнозирования и планирования туристской деятельности.* Система планов, их содержание и взаимосвязь с развитием туристской индустрии.Современные технологии туристско-рекреационного проектирования, освоения и развития территорий.	8	2	-	6
Зачет		**4**			
Всего:		**72**	**6**	**6**	**56**

5.2. Содержание дисциплины по видам заданий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Лекция 1. Сущность и задачи туристско-рекреационного проектирования (2 часа).

Цель и задачи изучения дисциплины. Методический инструментарий курса. Межпредметные связи. Система научных знаний для обоснования и обеспечения проектов. Методология проектной деятельность в туристской индустрии. Основные категории, элементы и принципы организации проектной деятельности.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных

теоретических понятиях учебной дисциплины, на овладение навыками практической разработки и оценки туристско-рекреационного потенциала различных территорий, а также на формирование компетенций УК-2, ПК-9.

Лекция 2. Основные процедуры проектирования турпродукта (2 часа).

Подготовка и разработка технических и технологических документов на туристский продукт в соответствии с программой обслуживания туристов и условиями путешествия.

Разработка модели туристской услуги. Набор требований, предъявляемых к туристской услуге и согласованных с заказчиком турпродукта. Учет возможностей туроператора и соисполнителей услуг.

Составление программы обслуживания туристов. Разработка перечня предоставляемых и посещаемых объектов показа и досуговых мероприятий, сформированный в определенной последовательности, с указанием времени, места и условий обслуживания.

Основные факторы, учитываемые при разработке турпродукта. Конъюнктура рынка туристских услуг. Учет запросов туристов/заказчиков туристского продукта. Состояние и структура объектов туристской индустрии. Результаты маркетинговых исследований. Обеспечение безопасности туристских услуг. Защита прав потребителей туристских услуг. Предоставление потребителям туристских услуг возможности компетентного выбора. Соблюдение экологических и санитарно-эпидемиологических требований.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, на овладение навыками практической разработки и оценки туристско-рекреационного потенциала различных территорий, а также на формирование компетенций УК-2, ПК-9.

Лекция 3. Важнейшие проблемы туристско-рекреационного освоения территорий (2 часа).

Понятия туристско-рекреационного освоения, туристско-рекреационных систем, факторы их формирования, иерархии и эволюции. Направления и уровни освоения. Особые экономические зоны туристско-рекреационного типа. Сочетание различных направлений и уровня туристско-рекреационного освоения в регионах России.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, на овладение навыками практической разработки и оценки туристско-рекреационного потенциала различных территорий, а также на формирование компетенций УК-2, ПК-9.

5.2.2 Содержание семинарских занятий

Занятие 1. Методы туристско-рекреационного проектирования (2 часа).

Технологии и инструментарий решения различных типов проблем в современных системах туристской индустрии, методы и инструменты управления проектами.

Принципы туристско-рекреационного проектирования. Виды и методы проектирования: эскизное, физическое и другие. Мастер-планы.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, на овладение навыками практической разработки и оценки туристско-рекреационного потенциала различных территорий, а также на формирование компетенций УК-2, ПК-9.

Занятие 2. Основные процедуры проектирования турпродукта (2 часа).

Подготовка и разработка технических и технологических документов на туристский продукт в соответствии с программой обслуживания туристов и условиями путешествия.

Разработка модели туристской услуги. Набор требований, предъявляемых к туристской услуге и согласованных с заказчиком турпродукта. Учет возможностей туроператора и соисполнителей услуг.

Составление программы обслуживания туристов. Разработка перечня предоставляемых и посещаемых объектов показа и досуговых мероприятий, сформированный в определенной последовательности, с указанием времени, места и условий обслуживания.

Основные факторы, учитываемые при разработке турпродукта. Конъюнктура рынка туристских услуг. Учет запросов туристов/заказчиков туристского продукта. Состояние и структура объектов туристской индустрии. Результаты маркетинговых исследований. Обеспечение безопасности туристских услуг. Защита прав потребителей туристских услуг. Предоставление потребителям туристских услуг возможности компетентного выбора. Соблюдение экологических и санитарно-эпидемиологических требований.

Формирование туристского продукта в соответствии с техническими и технологическими требованиями.

Основные этапы проектирования турпродукта. Составление моделей туристских услуг. Разработка технических требований и нормируемых характеристики услуг. Установление технологических требований и определение технологии процессов оказания туристских услуг. Определение методов контроля качества проектируемых туристских услуг. Утверждение документов на проектируемые туристские услуги.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, на овладение навыками практической разработки и оценки туристско-рекреационного потенциала различных территорий, а также на формирование компетенций УК-2, ПК-9.

Занятие 3. Важнейшие проблемы туристско-рекреационного освоения территорий (2 часа).

Понятия туристско-рекреационного освоения, туристско-рекреационных систем, факторы их формирования, иерархии и эволюции. Направления и уровни освоения. Особые экономические зоны туристско-рекреационного типа. Сочетание различных направлений и уровня туристско-рекреационного освоения в регионах России.

Концептуальные основы и технологии рационального использования туристско-рекреационного потенциала территории.

Методологические подходы к формированию устойчивого развития туристско-рекреационных территорий.

Методология прогнозирования и планирования туристской деятельности. Система планов, их содержание и взаимосвязь с развитием туристской индустрии.

Современные технологии туристско-рекреационного проектирования, освоения и развития территорий.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, на овладение навыками практической разработки и оценки туристско-рекреационного потенциала различных территорий, а также на формирование компетенций УК-2, ПК-9.

6.Самостоятельная работа студентов

В процессе изучения дисциплины особое внимание необходимо уделять самостоятельной работе студентов, которая может быть организована на учебном занятии в процессе теоретического обучения, при проведении практических (семинарских) занятий и во внеурочное время.

Самостоятельная работа состоит из усвоения теоретических положений курса, необходимых для выработки умений и выполнения практических заданий.

№ п/п	Содержание работы Темы занятий	Кол-во часов	Виды контроля
1.	**Задание 1** Охарактеризуйте основные цели туристско-рекреационного проектирования и освоения территорий. В чем заключается главная цель туристско-рекреационного проектирования?	5	Опрос, тестирование
2	**Задание 2** Охарактеризуйте важнейшие принципы организации и планирования проектной деятельности. Назовите принципы организации	5	Опрос

	проектной деятельности.		
3	**Задание 3** Сформулируйте цели туристско-рекреационного проектирования и планирования на примере одной из областей Российской Федерации. Назовите цели туристско-рекреационного проектирования.	5	Реферат, подготовка презентации
4	**Задание 4** Охарактеризуйте основные технологические и проектные операции, опираясь на основные категории, элементы и принципы организации проектной деятельности. Перечислите основные категории, элементы и принципы организации проектной деятельности.	5	Защита реферата
5	**Задание 5** Как вы понимаете цели туристско-рекреационного проектирования и планирования? Назовите главную цель туристско-рекреационного проектирования.	5	Опрос, тестирование
6	**Задание 6** Кратко охарактеризуйте основные категории, элементы и принципы организации и планирования проектной деятельности. Назовите основные категории, элементы и принципы организации проектной деятельности.	5	Конспект, подготовка презентации
7	**Задание 7** Что относится к основными требованиями, предъявляемыми к туристской услуге на туристском рынке? Перечислите основные требования, предъявляемые к туристской услуге.	5	Опрос,тестирование
8	**Задание 8** Расскажите об основных процедурах подготовки и разработки технических и технологических документов на туристский продукт. Осветите методику подготовки и разработки технических и технологических документов на туристский продукт.	5	Конспект

9	**Задание 9** Расскажите о важнейших требованиях, предъявляемых к туристской услуге на туристском рынке. Каковы важнейшие требования, предъявляемые к туристской услуге?	5	Опрос, тестирование
10	**Задание 10** Расскажите о подготовке технических и технологических документов на туристский продукт в соответствии с требованиями ГОСТ. С чего следует начать подготовку технических и технологических документов на туристский продукт?	5	Опрос, тестирование
11	**Задание 11** Что входит в набор требований, предъявляемых к туристской услуге на современном туристском рынке? Назовите важнейшие требования, предъявляемые к туристской услуге.	5	Конспект
12	**Задание 12** Охарактеризуйте последовательность подготовки и разработки технических и технологических документов на туристский продукт. Каков порядок подготовки и разработки технических и технологических документов на туристский продукт.	9	Подготовка видеороликов, презентаций Защита реферата

Самостоятельная работа предполагает подготовку к семинарским и практическим занятиям, на основе изучения и анализа научной, учебной литературы, предусмотренной настоящей программой. В рамках практических занятий предусмотрено проведение коллоквиумов, диспутов, работа с тестами. К практическим занятиям предложены вопросы для обсуждения, кроме того, по изучаемым темам предусмотрена подготовка докладов или рефератов, список тем приведен далее.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-2 – Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; **ПК-9** – Способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с целью успешной реализации рекреационного-оздоровительного, спортивного туристского и фитнес продукта		Знает (пороговый уровень) порядок подготовки и разработки технических и технологических документов на туристский продукт; - набор требований, предъявляемых к туристской услуге; - основные этапы проектирования турпродукта; Умеет (стандартный уровень) - подготовить технические и технологические документы на туристский продукт; - учитывать важнейшие требования, предъявляемые к туристской услуге; - выполнять технологические операции на всех этапах проектирования турпродукта; - самостоятельно определять оптимальные подходы к формированию устойчивого развития туристско-рекреационных территорий; Владеет опытом (эталонный опыт) - владения методикой подготовки и разработки технических и технологических документов на туристский продукт; - владения методами туристско-рекреационного проектирования на разных уровнях (федеральном, региональном, муниципальном (локальном) уровне); - владения технологиями туристско-рекреационного проектирования, освоения и развития территорий.

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Для проверки эффективности преподавания дисциплины проводится контроль знаний студентов:

- **промежуточный контроль** – выполнение контрольных заданий с

последующей оценкой проделанной работы;

- **текущий контроль** - опрос студентов на семинарских занятиях;

- **итоговый контроль** – сдача зачета в соответствии с перечнем вопросов, отражающих содержание программы обучения студентов.

На семинарском занятии преподаватель оценивает активность студентов в дискуссиях, умение формировать свои позиции, что учитывается как составляющие рейтинговой оценке студентов по данному курсу, проверяются знания материала лекционного курса.

Темы рефератов

1. Модель туристской услуги.
2. Программа обслуживания туристов и ее структура.
3. Роль и значение устойчивого развития применительно к туристско-рекреационным территориям.
4. Маркетинг региона.
5. Территориальный маркетинг.
6. Имидж территории.
7. Основные научно-практические подходы к исследованию туристского региона.
8. Роль и значение туристских и рекреационных ресурсов для успешного развития территории.
9. Основные направления оценки ресурсного потенциал территории: количественная оценка ресурсов; оценка структуры потенциала территории; оценка возможностей использования ресурсов.
10. Особенности психолого-эстетической оценки территории, роль и значение аттрактивности туристских ресурсов для формирования имиджа туристского региона.
11. Роль и значение кадастра туристских ресурсов для определения пути эффективного развития туристской деятельности в регионе.
12. Основные подходы к управлению ресурсным потенциалом туристских территорий.
13. Основные каналы распределения территориального туристского продукта и оценка их возможного потенциала.
14. Эффективные каналы продвижения туристских территорий.
15. Методы оценки влияния туризма на территориальное развитие.
16. Особенности экономического и социального влияния туризма на региональное развитие.
17. Основные выгоды и проблемы, связанные с развитием туризма
18. Комплекс современных средств продвижения туристских территорий, роль и значение рекламы в СМИ.
19. Сущность выставочной деятельности в продвижении территориального туристского продукта.
20. Рекламные и ознакомительные туры как эффективное средство продвижения туристских территорий

21. Роль и значение сайта туристской администрации как важнейшего инструмента продвижения территории

22. Имидж территории, образ территории и символика региона.

23. Брендинг туристских территорий. Процесс формирования бренда.

24. Основные преимущества и перспективы развития городского туризма.

25. Туристский центр. Основные типы и виды туристских центров на основе важнейших классификационных признаков.

26. Понятие «достопримечательности». Их роль и значение в повышении ценности и конкурентноспособности туристской территории.

27. Роль и значение маркетинга достопримечательностей как важнейшего элемента маркетинга туристских территорий.

Примеры тестов

Что такое физические рекреационные ресурсы?

1. Все компоненты неживой природы, отнесенные к физико-географическим ресурсам

2. Вся совокупность природных достопримечательностей.

3. Памятники природы, состоящие на охране.

4. Климатические условия определенного региона.

Что такое биологические рекреационные ресурсы?

1. Все компоненты живой природы, включая почвенные, фаунистические и флористические.

2. Разновидности флоры.

3. Разновидности фауны.

4. Памятники природы и природные заповедники.

Что такое энергоинформационные рекреационные ресурсы?

1. Специфические поля ноосферной природы, служащие факторами аттрактивности местности или ландшафта и положительно влияющие на психофизическое состояние человека.

2. Климатические курорты.

3. Разновидность комплексных туристских ресурсов.

4. Аттрактивные природные объекты.

Что такое прямые рекреационные ресурсы?

1. Тела и силы природы, которые непосредственно способствуют восстановлению и развитию физических и духовных сил человека.

2. Рекреационные ресурсы, не требующие при использовании элементов инфраструктуры.

3. Линейные рекреационные ресурсы.

4. Вся совокупность природных туристских ресурсов.

Что такое климатические рекреационные ресурсы?

1. Метеорологические элементы или их сочетания, обладающие медико-биологическими свойствами и использующиеся в процессе рекреации.

2. Ресурсы для лечебно-оздоровительного туризма.

3. Разновидность нематериальных туристских ресурсов.

4. Рекреационные ресурсы, подверженные влиянию антропогенных факторов.

Что такое агропарк?

1. Специальная аттрактивная территория, предназначенная для сельскохозяйственной деятельности, экспонирования ее экскурсантам.

2. Любой парк в сельской местности.

3. Один из ресурсов деревенского туризма.

4. Парк, предназначенный для приема экскурсантов.

Что такое аттрактивность туристских ресурсов?

1. Основное системное свойство туристских ресурсов, природных и культурно-исторических объектов, свидетельствующее об их туристской ценности и привлекательности для туристов.

2. Степень сохранности туристских объектов.

3. Показатель транспортной доступности объектов туризма.

4. Оценка объектов туризма с точки зрения их физических размеров.

Что такое дестинация?

1. Территория, предлагающая определенный набор услуг, которые отвечают потребностям туриста, удовлетворяют его спрос на перевозку, ночлег, питание, развлечения, и являются целью его путешествия.

2. Синоним понятия "регион".

3. Любой район, насыщенный объектами природы и культуры.

4. Регион с развитой сетью средств размещения.

Что такое емкость рекреационных ресурсов?

1. Способность территории принимать определенное количество рекреантов и выдерживать определенные антропогенные нагрузки без нарушения состояния экологического и природного равновесия.

2. Совокупная вместимость региональных средств размещения.

3. Совокупность мест в региональных предприятиях общественного питания.

4. Степень развития региональных транспортных средств.

Что такое зона познавательного туризма?

1. Функциональная зона, предназначенная для организации экологического просвещения и ознакомления с достопримечательными объектами.

2. Зона, насыщенная образовательными учреждениями (школами, колледжами и пр.)

3. Синоним туристского региона.

4. Зона, имеющая несколько музеев и музеев-заповедников.

Что такое курортная зона?

1. Курортный район, группа курортов, расположенных в непосредственной близости друг к другу.

2. Регион, насыщенный природными туристскими ресурсами.

3. Зона, имеющая в своем составе два и более бальнеологических курортов.

4. Одна из разновидностей ООПТ.

Что такое музей-заповедник?

1. Группа особо охраняемых культурных объектов среди природы и в пределах населенных мест.

2. Музей, расположенный на особо охраняемой природной территории.

3. Музей в сельской местности.

4. Один из ресурсов экологического туризма.

Что такое норма туристских нагрузок?

1. Единовременнаая загруженность, измеряемая численностью людей в единицу времени на единицу площади.

2. Предельная емкость средств размещения.

3. Физическая прочность объектов туризма.

4. Предельная продолжительность экскурсии.

Вопросы к зачету

1. Роль и значение устойчивого развития применительно к туристско-рекреационным территориям.
2. Что такое модель туристской услуги?
3. Что такое программа обслуживания туристов? Какова ее структура?
4. Покажите роль и значение устойчивого развития применительно к туристско-рекреационным территориям.
5. Перечислите основные факторы, учитываемые при разработке (проектировании) турпродукта.
6. Назовите основные этапы проектирования турпродукта.
7. Понятие о маркетинге региона.
8. Понятие о территориальном маркетинге.
9. Имидж территории.
10. Основные стратегические направления маркетинга туристских территорий.
11. Типология регионов по уровню экономического развития, по природно-географическим и геополитическим характеристикам.
12. Основные признаки, характеризующие туристские территории.
13. Основные научно-практические подходы к исследованию туристского региона.
14. Роль и значение туристских и рекреационных ресурсов для успешного развития территории.
15. Основные типы туристских ресурсов в соответствии с классификацией ЮНВТО.
16. Основные направления оценки ресурсного потенциал территории.
17. Особенности психолого-эстетической оценки территории.
18. Роль и значение кадастра туристских ресурсов для определения путей эффективного развития туристской деятельности в регионе.
19. Основные подходы к управлению ресурсным потенциалом туристских территорий.

20. Основные каналы распределения территориального туристского продукта.
21. Характеристика наиболее эффективных каналов продвижения туристских территорий.
22. Степень влияния туризма на различные аспекты развития территории (экономические, социальные, политические).
23. Методы оценки влияния туризма на территориальное развитие.
24. Особенности экономического и социального влияния туризма на региональное развитие.
25. Основные выгоды и проблемы, связанные с развитием туризма.
26. Характеристика комплекса современных средств продвижения туристских территорий.
27. Выставочная деятельность как инструмент продвижения территориального туристского продукта.
28. Рекламные и ознакомительные туры как эффективное средство продвижения туристских территорий.
29. Роль и значение сайта туристской администрации как важнейшего инструмента продвижения территории.
30. Понятие об «имидже территории»
31. Географические, культурные, исторические и этнические составляющие имиджа туристского региона.
32. Понятие «образ территории».
33. Роль и значение атрибутивных знаков в формировании привлекательного имиджа туристского региона.
34. Основные стратегические направления развития санаторно-курортного комплекса РФ.
35. Основные преимущества и перспективы развития городского туризма.
36. Основные типы и виды туристских центров на основе важнейших классификационных признаков.
37. Роль и значение маркетинга достопримечательностей как важнейшего элемента маркетинга туристских территорий.
38. Методология формирования имиджа и бренда туристской территории.
39. Классификация достопримечательностей по основным признакам.
40. Сущность и основные направления развития маркетинга музеев.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Для качественного усвоения учебного материала необходимо обеспечить доступ каждого студента к библиотечным фондам.

Также необходимо наличие следующего учебно-методического материала:

1) наглядных пособий по разделам учебной программы;
2) Государственный образовательный стандарт;

3) учебные пособия и методические рекомендации.

Основная литература

1. Соломина, И.Ю. Туристское рекреационное ресурсоведение: учебник [Электрон. ресурс] / под ред. И.Ю. Соломиной, О.У. Девлетова. – М.: Русайнс, 2026. – 229 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/960706.

2. Севрюков, И.Ю Организация туристской деятельности на региональном рынке: учебник [Электрон. ресурс] / под ред. Н.А. Щетинана, АА. Попова, А.В. Курнявкина М.: Русайнс, 2026. – 229 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/962923.

3. Цепилова, Е.С. Туризм и культурное наследие: учебное пособие [Электрон. ресурс] / Е.С. Цепилова, О.И Беляева, С.В. Ласковец, С.В. Конев. – М.: КноРус, 2026. – 253 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/960010.

4. Чудновский, А.Д. Туризм и развитие регионов: учебное пособие [Электрон. ресурс] / А.Д. Чудновский, М.А. Жукова, В.А. Жуков. – М.: КноРус, 2026. – 209 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/960259.

Дополнительная литература

5. Веткин, В.А. Технология создания массового турпродукта: учебно-методическое пособие / В.А. Веткин, Е.В. Винтайкина – М.: Русайнс, 2019. – 247 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/932836

6. Черникова, Л.И. Туризм и региональное развитие в условиях новых российских реалий: монография / Л.И. Черникова, Г.Р. Фаизова, Е.А. Джанджугазова – М.: Русайнс, 2016. — 146 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/921392

7. Веткин, В.А. Технология создания массового турпродукта: учебно-методическое пособие / В.А. Веткин, Е.В. Винтайкина – М.: Русайнс, 2019. — 247 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/932836

8. Шеин, Ю.П. Инновационные подходы к проектированию и созданию туристско-рекреационных зон [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Ю.П. Шеин. – Уфа: УГАЭС, 2010. – 64 с.: ил. – Режим доступа: https://rucont.ru/efd/143869

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru
4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
10. Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать.

Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

● необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;

● записывать удобнее на одной стороне листа;

● записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;

● следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;

● на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.

2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.

3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь – к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.

4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.

5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются

для выполнения необходимых расчетов.

6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления *7-10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат завершается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15-20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.

2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.

3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.

4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.

5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.

6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.

7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.

8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная.	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get

	аттестации	Интерактивная панель	Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ДОКУМЕНТАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ТУРИСТСКО-РЕКРЕАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 5
Семестр – 9, 10
Итоговая форма контроля – экзамен (10 семестр)

Рабочую программу разработала:
Матвеева А.В., к.п.н., ст. преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта……... 3
2. Результаты обучения по дисциплине……. 3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП……. 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы……. 5
5. Содержание дисциплины…… 6
5.1 Количество часов по видам занятий…… 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий…… 7
5.2.1 Содержание лекционных занятий……. 7
5.2.2 Содержание семинарских занятий…… 8
6. Самостоятельная работа студентов…… 9
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации…. 11
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины…….. 11
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы……. 12
8. Перечень основной и дополнительной литературы……. 16
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины…… 16
9.1 Электронные библиотечные системы…….. 16
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы…… 16
10. Методические указания по освоению дисциплины…… 18
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины…… 21
12. Лицензионное программное обеспечение……... 22

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО 3++, по направлению подготовки **49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»** утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 943 от 19.09.2017 г., с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включают:

01 – Образование и наука (в сфере дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 – Культура, искусство (в сфере туризма, в сфере санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 – Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- педагогический;
- организационно-управленческий;
- научно-исследовательский;
- тренерский;
- организационно-методический;
- рекреационно-оздоровительный.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-2 – Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений;

УК-4 – Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на Государственном языке Российской Федерации и иностранном (ых) языке (ах);

УК-10 – Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности;

ПК-7 – Способен к деятельности по организации, реализации и проведению экскурсионных услуг.

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты и код трудовой функции	Формируемые компетенции
Знания: Понятие, цели, задачи и принципы делопроизводства; основные понятия документационного обеспечения управления; системы документационного обеспечения управления; классификацию документов; требования к составлению и оформлению документов; организацию документооборота: прием, обработку, регистрацию, контроль, хранение документов, номенклатуру дел.		УК-2, УК-4, УК-10, ПК-7
Умения: Оформлять документацию в соответствии с нормативной базой, в том числе с использованием информационных технологий; осваивать технологии автоматизированной обработки документации; использовать унифицированные формы документов; осуществлять хранение и поиск документов; составлять документацию, необходимую при организации туристско-рекреационной деятельности.		УК-2, УК-4, УК-10, ПК-7
Опыт деятельности: Реализации службы документационного обеспечения туристско-рекреационной деятельности; создание документационной базы организации и движения входящей/исходящей/внутренней документации; навыками оформления сопровождающей документации; навыками оптимизации документооборота и схем функциональных взаимосвязей между подразделениями.		УК-2, УК-4, УК-10, ПК-7

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Документационное обеспечение туристско-рекреационной деятельности» включена в часть, формируемую участниками образовательных отношений (Б1.В.10). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 5 курсе, 9-10 семестрах по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля: экзамен. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: «Основы спортивно-оздоровительного туризма», «Теория и методика физической рекреации», «Рекреалогия».

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Трудоемкость дисциплины 108 часов, из них 12 часов аудиторной работы и 87 часов самостоятельной работы, аттестация – 9 часов.

Учебный процесс по курсу «Документационное обеспечение туристско-рекреационной деятельности» проводится в форме лекций, семинарских занятий и самостоятельной работы студентов.

Учет успеваемости ведется в виде микрозачетов по пройденным темам и итогового экзамена, проводимого в срок, установленный учебным планом. Экзамен выставляется за знание пройденных разделов теоретического курса и выполнение установленных требований по практической и самостоятельной работе.

Виды учебной работы	**Всего часов**	**Семестр**
Контактная работа преподавателя со студентами	12	9-10
Лекции	6	9-10
Практические занятия	6	9-10
Аттестация – экзамен	9	10
Самостоятельная работа	87	9-10
Общая трудоёмкость (часы)	108	9-10
Зачетные единицы	3	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ тем	Модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
			Лекции	Семинар. занятия	Самост. работа
Модуль 1. Основные понятия и положения делопроизводства.		**28**	**2**	**2**	**24**
1.	Организация работы с документами.	8	2	-	6
2.	Стандартизация и унификация документов.	6	-	-	6
3.	Организационное построение службы делопроизводства. Задачи и функции делопроизводства.	8	-	2	6
4.	Законодательное регулирование делопроизводства.	6	-	-	6
Модуль 2. Виды документов и их функции.		**39**	**2**	**2**	**35**
5.	Общие требования к оформлению документов. Реквизиты.	9	2	-	7
6.	Особенности официально-делового стиля документов. Деловая переписка, виды деловых и служебных писем.	7	-	-	7
7.	Информационно-справочные документы.	9	-	2	7
8.	Распорядительные документы.	7	-	-	7
9.	Документация по личному составу. Оформление личного дела.	7	-	-	7
Модуль 3. Документация туристско-рекреационной деятельности.		**32**	**2**	**2**	**28**
10.	Виды договоров в туризме. Туристская путевка, туристский ваучер. Заявка на бронирования туристских услуг, лист бронирования.	7	-	-	7
11.	Сопроводительные документы в туристско-рекреационной деятельности.	9	-	2	7
12.	Должностная инструкция учителя	9	2	-	7

	физической культуры, тренера, менеджера по туризму.				
13.	Оформление положения о различных соревнованиях.	7	-	-	7
	Экзамен	**9**			
Всего:		**108**	**6**	**6**	**87**

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Модуль 1. Основные понятия и положения делопроизводств

Лекция 1. Организация работы с документами (2 часа)

Нормативно-методические документы, регламентирующие организацию работы. Пути поступления документов в организацию. Прием и первоначальная обработка документов. Регистрация документов, ее задачи и цели.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, навыков реализации службы документационного обеспечения туристско-рекреационной деятельности, а также на формирование компетенций УК-2, УК-4, УК-10, ПК-7.

Модуль 2. Виды документов и их функции

Лекция 2. Общие требования к оформлению документов. Реквизиты (2 часа).

Требования к структуре текста документа. Требования к оформлению текста документа. Формат листов бумаги. Нумерация страниц. Поля. Оформление таблиц. Правила сокращения слов в деловых документах. Описание реквизитов документов.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, навыков реализации службы документационного обеспечения туристско-рекреационной деятельности, а также на формирование компетенций УК-2, УК-4, УК-10, ПК-7.

Модуль 3. Документация туристско-рекреационной деятельности.

Лекция 3. Должностная инструкция учителя физической культуры, тренера, менеджера по туризму (2 часа)

Структура должностной инструкции: основные положения, должностные обязанности, права, ответственность. Должностная инструкция учителя физической культуры, тренера, менеджера по туризму.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, навыков реализации службы документационного обеспечения туристско-рекреационной деятельности, а также на формирование компетенций УК-2, УК-4, УК-10, ПК-7.

5.2.2 Содержание семинарских занятий

Модуль 1. Основные понятия и положения делопроизводства

Занятие 1. Организационное построение службы делопроизводства. Задачи и функции делопроизводства (2 часа)

Формы организации делопроизводства: централизованная; децентрализованная; смешанная. Основные задачи и функции делопроизводства.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, навыков реализации службы документационного обеспечения туристско-рекреационной деятельности, а также на формирование компетенций УК-2, УК-4, УК-10, ПК-7.

Модуль 2. Виды документов и их функции

Занятие 2. Информационно-справочные документы (2 часа).

Описание и правила составление информационно-справочных документов:

1. Акт;
2. Протокол;
3.Докладная записка;
4.Обяъяснительная записка;
5. Служебная записка.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, навыков реализации службы документационного обеспечения туристско-рекреационной деятельности, а также на формирование компетенций УК-2, УК-4, УК-10, ПК-7.

Модуль 3. Документация туристско-рекреационной деятельности

Занятие 3. Сопроводительные документы в туристско-рекреационной деятельности (2 часа).

Сопроводительные документы в туристско-рекреационной деятельности. Маршрутный лист. Маршрутную книжка туристской группы. Журнал регистрации инструктажа по технике безопасности в туристских походах.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, навыков реализации службы документационного обеспечения туристско-рекреационной деятельности, а также на формирование компетенций УК-2, УК-4, УК-10, ПК-7.

6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Содержание работы	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Модуль 1. Основные понятия и положения делопроизводства				
1.	Организация работы с документами.	6	Опрос, тестирование	8-10 семестр
2.	Стандартизация и унификация документов.	6	Ответы на вопросы	8-10 семестр
3.	Организационное построение службы делопроизводства. Задачи и функции делопроизводства.	6	Конспект	8-10 семестр
4.	Законодательное регулирование делопроизводства.	6	Защита реферата	8-10 семестр
Модуль 2. Виды документов и их функции				
5.	Общие требования к оформлению документов. Реквизиты.	7	Опрос, тестирование	8-10 семестр
6.	Особенности официально-делового стиля документов. Деловая переписка, виды деловых и служебных писем.	7	Ответы на вопросы	8-10 семестр
7.	Информационно-справочные документы.	7	Конспект, опрос	8-10 семестр
8.	Распорядительные документы.	7	Конспект	8-10 семестр
9.	Документация по личному составу. Оформление личного дела.	7	Опрос	8-10 семестр
Модуль 3. Документация туристско-рекреационной деятельности				
10.	Виды договоров в туризме.	7	Защита	8-10 семестр

	Туристская путевка, туристский ваучер. Заявка на бронирования туристских услуг, лист бронирования.		рефератов, презентаций	
11.	Сопроводительные документы в туристско-рекреационной деятельности.	7	Опрос, конспект	8-10 семестр
12.	Должностная инструкция учителя физической культуры, тренера, менеджера по туризму.	7	Ответы на вопросы	8-10 семестр
13.	Оформление положения о различных соревнованиях.	7	Конспект	8-10 семестр
	Итого	**87**		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к экзамену.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат. В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-2, УК-4, УК-10, ПК-7		Знает (пороговый уровень) Понятие, цели, задачи и принципы делопроизводства; основные понятия документационного обеспечения управления; системы документационного обеспечения управления; классификацию документов; требования к составлению и оформлению документов; организацию документооборота: прием, обработку, регистрацию, контроль, хранение документов, номенклатуру дел. Умеет (стандартный уровень) Оформлять документацию в соответствии с нормативной базой, в том числе с использованием информационных технологий; осваивать технологии автоматизированной обработки документации; использовать унифицированные формы документов; осуществлять хранение и поиск документов; составлять документацию, необходимую при организации туристско-рекреационной деятельности. Владеет опытом (эталонный уровень) Реализации службы документационного обеспечения туристско-рекреационной деятельности; создание документационной базы организации и движения входящей/исходящей/внутренней документации; навыками оформления сопровождающей документации; навыками оптимизации документооборота и схем функциональных взаимосвязей между подразделениями..

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

В процессе изучения учебной дисциплины применяются следующие формы контроля:

- текущий контроль качества усвоения знаний проводится регулярно в течение всего семестра. Включает в себя: письменные работы; устный опрос; защита рефератов; тестирование; подготовка видеороликов и презентаций по темам дисциплины);

- итоговый контроль качества усвоения знаний: знать теоретический материал в соответствии с программой, сдать зачет по пройденным темам. Экзамен – 8 семестр.

Тестовые задания по дисциплине «Документационное обеспечение туристско-рекреационной деятельности»

Выберите только один правильный вариант ответа!

1. Самый распространенный вид документирования:
а) цифровой;
б) письменный;
в) графический;
г) статистический.

2. Делопроизводство – это …
а) заведение личного дела на сотрудника при устройстве на работу;
б) отрасль деятельности, обеспечивающая организацию работы с уголовными делами;
в) отрасль деятельности, обеспечивающая документирование и организацию работы с официальными документами.
г) отрасль деятельности, обеспечивающая хранение документов.

3. Зафиксированная на материальном носителе с реквизитами информация – это …
а) отчет;
б) извещение;
в) документ;
г) справка.

4. К общим функциям документов относятся:
а) информационная и социальная;
б) коммуникативнаяи культурная;
в)а) и б);
г) только б).

5. Унификация – это …
а) деятельность по разработке и применению стандартов в делопроизводстве;
б) приведение чего-либо к единой системе, форме, единообразию;
в) обновление документа, приведение его к новым требованиям;
г) совокупность документов, взаимосвязанных по признакам происхождения.

6. Организация работы с документами – это …

а) система документации;
б) обеспечение движения документов в аппарате управления, их использование в различных целях и хранение;
в) процесс создания документов;
г) стандартизация и унификация документов.

7. К специальным функциям документов относится:
а) культурная;
б) социальная;
в) управленческая;
г) информационная.

8. Документ, определяющий задачи соревнований, сроки и место проведения, порядок подведения итогов, требования к участникам, называется…
а) правила соревнований;
б) положение о соревнованиях;
в) маршрутный лист;
г) решение о соревнованиях.

9. К информационно-справочным документам относят:
а) решение, распоряжение;
б) трудовая книжка, автобиография;
в) постановление, указ, приказ;
г) деловые письма, акты, справки, докладная записка.

10. Акты бывают:
а) основные, дополнительные;
б) инициативные, гарантийные;
в) приглашений, напоминаний;
г) сдачи-приёмки, обследования, ревизий.

11. Документы по личному составу:
а)трудовой договор, автобиография, трудовая книжка;
б) объяснительная и докладная записка;
в) протоколы и акты;
г) постановление, акты.

12. Что понимается под движением кадров?
а) увольнение работника;
б) приём, перевод, увольнение работников;
в) составление личного дела;
г) нет верного ответа.

13. Реквизиты документа – это…
а) копия документа;
б) оригинал документа;
в) элементы, составляющие документ;
г) виды документа.

14. Что из перечисленного не вносится в трудовую книжку работника?
а) взыскания;
б) сведения о работнике;

в) сведения о работе;
г) награды, патенты.

15.Основные разделы должностной инструкции:

а) основные положения, обязанности, права, ответственность;
б) основные положения, обязанности, права;
в) основные положения, обязанности, ответственность.
г) обязанности, права, ответственность.

Ответы: 1-б; 2-в; 3-в; 4-в; 5-б; 6-б; 7-в; 8-б; 9-г; 10-г; 11-а; 12-б; 13-в; 14-а;15-а.

Тематика рефератов по дисциплине «Документационное обеспечение туристско-рекреационной деятельности»

1. Понятие «документ», отличительные признаки документа, история развития понятия, современное состояние вопроса.
2. Обязательные признаки документа, свойства документа, социальные функции документа.
3. Документная деятельность, процессы обращения документа.
4. Дисциплинарное построение современной науки, документоведение как научная дисциплина, место документоведения в ряду других научных дисциплин.
5. Классификация документов по способу фиксации информации в документе.
6. Классификация документов по видам материальной основы документа.
7. Классификация документов по видам информации, зафиксированной в документе.
8. Классификация документов по видам реквизитов, применяемых для идентификации документа.
9. Классификация документов по способу идентификации информации, зафиксированной в документе.
10. Классификация документов по способу бытования документа в человеческой среде.
11. Основные функциональные системы документации.
12. Унифицированные системы документации: цель создания и назначение применения, порядок их построения.
13. Классификаторы документированной информации: цель создания и назначение применения.
14. Документные ресурсы Архивного фонда Российской Федерации.
15. Документные ресурсы библиотек.

Вопросы к экзамену по дисциплине «Документационное обеспечение туристско-рекреационной деятельности»

1. Исторические аспекты делопроизводства.
2. Основные понятия и положения делопроизводства.
3. Организация работы с документами.
4. Стандартизация и унификация документов.
5. Организационное построение службы делопроизводства.
6. Задачи делопроизводства.
7. Функции делопроизводства.
8. Законодательное регулирование делопроизводства.
9. Виды документов и их функции.
10. Общие требования к оформлению документов.
11. Реквизиты документов, общие требования.
12. Особенности официально-делового стиля документов.
13. Информационно-справочные документы (акт, протокол).
14. Информационно-справочные документы (докладная, объяснительная, служебная записки).
15. Информационно-справочные документы (справки, письма).
16. Распорядительные документы (постановление, указ, приказ).
17. Распорядительные документы (решение, распоряжение).
18. Документация по личному составу.
19. Оформление личного дела.
20. Деловая переписка, виды деловых и служебных писем.
21. Оформление дел и передача их на архивное хранение.
22. Виды договоров в туризме.
23. Сопроводительные документы в туристско-рекреационной деятельности.
24. Туристская путевка, туристский ваучер.
25. Заявка на бронирования туристских услуг, лист бронирования.
26. Должностная инструкция учителя физической культуры, тренера, менеджера по туризму.
27. Оформление положения о различных соревнованиях.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература:

1. Гущина, И.А. Документационное обеспечение туристской деятельности: учебное пособие [Электрон. ресурс] / И.А. Гущина, Н.А. Зайцева. – М.: КноРус, 2023. – 238 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/944949.
2. Павлов, Е.А. Теория и методика туризма: метод. рекомендации по написанию курсовой работы / Е.А. Павлов. – М.: РГУФКСМиТ, 2016. – 28 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/682393.

Дополнительная литература:

1. Аницоева, Л.К. Основы спортивно-оздоровительного туризма: учебное пособие [Электрон. ресурс] / Л.К. Аницоева. – М.: КноРус, 2025. – 159 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/955358.
2. Велединский, В.Г. Спортивно-оздоровительный сервис: учебник / В.Г. Велединский. – М.: КноРус, 2016. – 216 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/920699.
3. Ветитнев, А.М. Организация санаторно-курортной деятельности (Ростуризм): учебник / А.М. Ветитнев, Я.А. Войнова. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 270 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919722.
4. Корабейников, И.Н. Технологии туристско-рекреационного проектирования и освоения территорий: учеб. пособие / Ю.Е. Холодилина, Оренбургский гос. ун- т, И.Н. Корабейников. – Оренбург: ОГУ, 2016. – 103 с.: ил. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/468910.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru

2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru
4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru

3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
10. Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

В качестве основных форм организации учебного процесса по дисциплине «Курортология» в предлагаемой методике обучения выступают лекционные и практические (семинарские) занятия, а также самостоятельная работа студентов.

На лекциях излагаются темы дисциплины, предусмотренные рабочей программой, акцентируется внимание на наиболее принципиальных и сложных вопросах дисциплины, устанавливаются вопросы для самостоятельной проработки. Конспект лекций является базой при подготовке к семинарским занятиям, к экзаменам, а также самостоятельной научной деятельности.

Изложение лекционного материала рекомендуется проводить в мультимедийной форме (презентаций). Смысловая нагрузка лекции смещается в сторону от изложения теоретического материала к формированию мотивации самостоятельного обучения через постановку проблем обучения и показ путей решения профессиональных проблем в рамках той или иной темы. При этом основным методом ведения лекции является метод проблемного изложения материала

Семинарские занятия по дисциплине проводятся с целью приобретения практических навыков в решении задач, которые создают условия для развития комплексного стиля мышления, способствуют пространственному мышлению во временном аспекте, решению проблем профессиональной деятельности.

Семинарские занятия способствуют более глубокому пониманию теоретического материала учебного курса, а также развитию, формированию и становлению различных уровней составляющих профессиональной компетентности студентов. Основой семинарских занятий выступают

типовые задачи, которые должен уметь решать специалист в области рекреации и туризма.

В связи с ограниченным количеством часов и фундаментальным значением данного курса существенная нагрузка выпадает на самостоятельную работу студента. Эта работа выполняется в произвольном временном режиме без непосредственного участия преподавателя. Освоение дисциплины осуществляется посредством интеграции аудиторной (лекционных и семинарских занятий) и самостоятельной работы.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы.

Литература по дисциплине в учебно-методическом комплексе представлена главным образом учебниками и учебными пособиями. Необходимо также широкое использование интернет-источников, периодических отечественных и зарубежных изданий. При подготовке к практическим занятиям (семинарам) познакомься с темой, обрати внимание на рассмотрении данной темы в курсе лекций. Если тема на лекции не рассматривалась, изучите предлагаемую литературу (это позволит Вам найти ответы на теоретические вопросы). После этого приступайте к выполнению практических заданий.

При подготовке к зачету по теоретической части выделите в вопросе главное, существенное (понятия, признаки, классификации и пр.), приведите практические примеры, иллюстрирующие теоретические положения. Варианты выполнения практических заданий предложите исходя из следующих критериев – «актуальность», «последовательность», «полнота», «креативность», «апробированность».

Объем самостоятельной работы может меняться самим студентом при изучении отдельных учебных элементов. В обязательную часть входит выполнение одного задания по каждому модулю (подготовка доклада, мультимедийного сообщения и т.д.).

В целях оптимизации образовательного процесса в рамках изучения дисциплины студентам предлагается следующая тактика:

- внимательно изучите программу дисциплины;

- оцените степень полезности освоения данной учебной дисциплины для своего профессионального роста;

- изучите материалы для аудиторной работы по дисциплине (тематическое содержание лекций, планы семинарских занятий, мультимедийное сопровождение занятий);

- изучите материалы для самостоятельной работы и сопоставьте предложенные задания с имеющимися у вас ресурсами (выполненные ранее работы по близкой теме, знакомство с конкретной технологией во время практики, наличие литературы по проблеме, предложенной в качестве предмета исследования, и т. д.);

- заведите электронную папку для Интернет-ресурсов, найденных Вами при подготовке к занятиям, соотнесите темы электронных материалов с

вопросами контрольных работ и экзамена (это поможет Вам подготовиться к промежуточной и итоговой аттестации);

- выберите из проблемного поля курса интересующую вас тему для углубленного изучения (она может быть связана с вашей исследовательской деятельностью);

- найдите партнеров из числа сокурсников для выполнения групповых учебных заданий;

- в конце изучения каждого учебного элемента курса постарайтесь оценить результаты своей деятельности и сформулировать пожелания преподавателю по совершенствованию образовательного процесса.

При анализе нормативно-правового документа необходимо выделить те ценности и смыслы, которые позволяют видеть нормы жизни цивилизованного общества. Читая статью того или иного закона, надо соотнести ее содержание с реальной действительностью, подумать о путях ее реализации, о системе контроля за выполнением, об актуальности, значимости тех или иных сведений для конкретных лиц, возрастных групп. Важно не только знать, в каком нормативном документе дано разъяснение по тому или иному вопросу, но и как использовать получбенные знания.

По первому и второму модулям студентам следует усвоить, что лечебно-оздоровительный туризм занимает особое место в системе общемировых курортно-туристических отношений и более всего ценится возможность восстановить здоровье во время увлекательных туристских маршрутов

Выполнение самостоятельной работы предусматривает выполнение реферата (программы оздоровления, проекта) по одной из актуальных проблем в курортологии.

Выполнение работы проводится по следующей *примерной* структуре, которая может видоизменяться в зависимости от инновационной идеи студента:

1. Введение (цели и задачи исследования)
2. Актуальность
3. Описание региона исследования
4. Общее описание разработки (например, программа лечебно-оздоровительного тура)
5. Расчет стоимости новой программы оздоровления
6. Заключение
7. Список литературы

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ГЕОГРАФИЯ РЕКРЕАЦИОННЫХ СИСТЕМ И ТУРИЗМА

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 2-3
Семестр – 4,5,6
Итоговая форма контроля – экзамен (6 семестр)

Рабочую программу разработала:
Кожухова Е.Д., к.п.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного 3
стандарта 3
2. Краткая характеристика изучаемой дисциплины 4
3. Результаты обучения по дисциплине 4
4. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
5. Объем дисциплины и виды учебной работы 5
6. Содержание дисциплины 6
6.1 Количество часов по видам занятий 6
6.2 Содержание дисциплины по видам занятий 6
6.2.1 Содержание лекционных занятий 6
6.2.2 Содержание практических занятий 7
7. Самостоятельная работа студентов 7
8. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 10
8.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 10
8.2 Типовые контрольные задания 12
8.2.1Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 12
8.2.2 Тестовые задания по дисциплине 12
8.2.3 Вопросы к экзамену 19
8.2.4 Кейсы, ситуационные задачи 22
9. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для 30
освоения дисциплины 30
9.1 Электронные библиотечные системы 31
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 31
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 32
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины..**Ошибка! Закладка не определена.**

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-5 – способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах;

ПК-8 – способен реализовывать технологии турагентской и туроператорской деятельности.

В результате обучения по дисциплине студент:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знает: основы территориальной организации рекреационных систем и туризма в системе межкультурного разнообразия общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах; **Умеет:** выявлять проблемы и оценивать перспективы развития географии туристско-рекреационных районов и центров, базирующихся на системе межкультурного разнообразия общества; **Имеет опыт:** разработки туристских программ с учетом разнообразных рекреационных потребностей		УК-5
Знает:		ПК-8

теоретические основы и общие принципы туроператорской и турагентской деятельности; **Умеет:** использовать технологии туроператорской и турагентской деятельности для моделирования туристских программ; **Имеет опыт:** применения знаний рекреационных систем и географии туризма в формировании туристских маршрутов, планировании и организации туроператорской и турагентской деятельности		

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «География рекреационных систем и туризма» (Б1.В.11) относится к части, формируемой участниками образовательных отношений. В соответствии с учебным планом изучается на 2-3 курсах по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля - экзамен в 6 семестре. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: «Основы туристско-краеведческой деятельности», «Спортивно-оздоровительный туризм».

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Виды занятий	Распределение часов по курсам и семестрам			Итого
	2-3 курс			
	4 с	5 с	6 с	
Контактная работа преподавателей с обучающимися	4	4	4	12
Лекции	2	2	2	6
Семинарские занятия	2	2	2	6
Промежуточная аттестация (экзамен)				9
Самостоятельная работа	68	32	95	195

Общая трудоемкость	Часы	72	36	108	216
	ЗЕ	6			6

Количество часов, отведенных на занятия лекционного типа, в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятий, отведенных на реализацию Блока 1 структуры бакалавриата.

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Лекцион-ные занятия	Семинар ские занятия	Само-стоятель-ная работа
1.	Теоретические основы туризма		2		45
2.	Теоретические основы рекреационных систем			2	25
3.	География туризма		4	4	125
	Экзамен	27			
	Всего часов	**216**	**6**	**6**	**195**
Трудоемкость дисциплины: 6 з.е.					

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Теоретические основы туризма

Ключевые концепции туризма: Критерии (признаки) туризма. Турист и экскурсант. Лица, не относящиеся к категории туристов. Структура индустрии туризма. Туристская деятельность. Компоненты и формы турпродукта. Организация и регулирование туристской деятельностью.

География туризма

Европейский туристский макрорегион
Ближневосточный туристский макрорегион

Южноазиатский туристский макрорегион
Американский туристский макрорегион
Африканский туристский макрорегион
Азиатско-Тихоокеанский туристский макрорегион

Рекреационный потенциал и территориальная структура туризма
Основные виды туризма
Крупнейшие туристские зоны и центры

5.2.2 Содержание семинарских занятий

Теоретические основы рекреационных систем

Учение о территориальных рекреационных системах. Теория туристской дестинации

География туризма

Европейский туристский макрорегион
Ближневосточный туристский макрорегион
Южноазиатский туристский макрорегион
Американский туристский макрорегион
Африканский туристский макрорегион
Азиатско-Тихоокеанский туристский макрорегион

Рекреационный потенциал и территориальная структура туризма
Основные виды туризма
Крупнейшие туристские зоны и центры

6. Самостоятельная работа студентов

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля
Теоретические основы туризма	45	Устный опрос
Теоретические основы рекреационных систем	25	Устный опрос
География туризма	125	Сообщение с презентацией
Итого	195	

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Студентам следует усвоить основные вопросы по важнейшим разделам дисциплины:

Учение о территориальных рекреационных системах

1. Что изучает рекреационная география?
2. Какова роль рекреации в современном разделении труда?
3. Какие методы используются при исследовании объектов туризма?
4. Какие факторы оказывают влияние на развитие туризма?
5. Какие факторы относятся к группе экономико-географических?
6. Какие факторы относятся к группе физико-географических?
7. Какие факторы относятся к группе этнических?
8. Какие факторы относятся к группе культурно-исторических?
9. Какие тенденции в развитии туризма наблюдаются в настоящее время в России?
10. Каковы объективные предпосылки для развития туризма в нашей стране?
11. Каковы объективно-существующие факторы, препятствующие развитию туризма в России?

Европейский туристский макрорегион

1. Каковы территориальные закономерности и географическая привязанность различных видов туризма в Европейском туристском регионе?
2. Назовите субрегионы, входящие в Европейский туристский макрорегион по определению Всемирной туристской организации (ВТО).
3. Охарактеризуйте географическую привязанность и ресурсы, необходимые для организации спортивно-оздоровительного туризма в Европейском регионе.
4. Наличием каких ресурсов характеризуется организация лечебно-оздоровительного туризма в Европейском регионе?
5. Охарактеризуйте рекреационные ресурсы и основные регионы круизного туризма в Европейском регионе.
6. Проанализируйте географию основных потоков экотуристов в Европейском регионе.
7. Охарактеризуйте рекреационные зоны на территории России.
8. Дайте оценку рекреационного потенциала и рекреационной емкости территории в Европейском регионе.
9. Дайте развернутую характеристику Европы как ведущего туристского региона мира.
10. Какова динамика туристских потоков по странам Европы?
11. Выделите страны-лидеры туристской индустрии в Европе. Дайте обоснование их лидирующему положению.

Азиатско-Тихоокеанский туристский макрорегион

1. Каковы территориальные закономерности и географическая привязанность различных видов туризма в АТР?

2. Назовите субрегионы, входящие в АТР по определению Всемирной туристской организации (ВТО).
3. Охарактеризуйте географическую привязанность и ресурсы, необходимые для организации пляжного туризма в АТР.
4. Наличием каких ресурсов характеризуется организация лечебно-оздоровительного туризма в АТР?
5. Охарактеризуйте рекреационные ресурсы и основные центры делового туризма в АТР.
6. Проанализируйте географию основных потоков экотуристов в АТР.
7. Дайте развернутую характеристику АТР как быстроразвивающегося туристского региона мира.
8. Какова динамика туристских потоков по странам АТР?
9. Выделите страны-лидеры туристской индустрии в АТР.
10. Каково значение туризм в экономике стран АТР?

Южноазиатский туристский макрорегион

1. Охарактеризуйте рекреационный потенциал Индии.
2. Охарактеризуйте рекреационный потенциал Бангладеш.
3. Охарактеризуйте рекреационный потенциал Мальдивской Республики.
4. Охарактеризуйте рекреационный потенциал Непала.
5. Охарактеризуйте рекреационный потенциал Шри-Ланки.
6. Охарактеризуйте географическую привязанность и ресурсы, необходимые для организации пляжного туризма в Южной Азии.
7. Наличием каких ресурсов характеризуется организация культурно - познавательного туризма в Южной Азии?

Американский туристский макрорегион

1. Назовите субрегионы, входящие в Американский туристский макрорегион по определению Всемирной туристской организации (ВТО).
2. Охарактеризуйте географическую привязанность и ресурсы, необходимые для организации пляжного туризма в Американский туристский макрорегион.
3. Наличием каких ресурсов характеризуется организация досугово-развлекательного туризма в Американский туристский макрорегион?
4. Охарактеризуйте рекреационные ресурсы и основные центры делового туризма в Американский туристский макрорегион.
5. Проанализируйте географию основных потоков экотуристов в Американском туристском макрорегионе.
6. Охарактеризуйте Северную Америку как туристский регион.
7. В чем заключается специфика туризма в Южной Америке?
8. Дайте характеристику рекреационного потенциала Северной Америки.
9. Каково значение туризм в экономике стран Северной Америки?

Африканский туристский макрорегион

1. Назовите субрегионы, входящие в Африканский туристский макрорегион по определению Всемирной туристской организации (ВТО).
2. Охарактеризуйте географическую привязанность и ресурсы, необходимые для организации пляжного туризма в Африканский туристский макрорегион.

3. Наличием каких ресурсов характеризуется организация приключенческого туризма в Африканский туристский макрорегион?
4. Охарактеризуйте рекреационные ресурсы и основные центры сафари-туризма в Африканский туристский макрорегион.
5. Проанализируйте географию основных потоков экотуристов в Африканском туристском макрорегионе.
6. Охарактеризуйте Африку как туристский регион.
7. В чем заключается специфика туризма в Африке?
8. Каковы проблемы развития туризма в Африке?
9. Каково значение туризма в экономике стран Африки?

Ближневосточный туристский макрорегион

1. Охарактеризуйте рекреационный потенциал Иордании.
2. Охарактеризуйте рекреационный потенциал Саудовской Аравии.
3. Охарактеризуйте рекреационный потенциал ОАЭ.
4. Охарактеризуйте рекреационный потенциал Бахрайна.
5. Охарактеризуйте рекреационный потенциал Катара.
6. Охарактеризуйте географическую привязанность и ресурсы, необходимые для организации религиозного туризма и паломничества в странах Ближнего Востока.
7. Наличием каких ресурсов характеризуется организация культурно-познавательного туризма в странах Ближнего Востока?
8. Охарактеризуйте Ближний Восток как туристский регион.
9. Дайте характеристику рекреационного потенциала Ближнего Востока.
10. Каковы сдерживающие факторы развития туризма на Ближнем Востоке?

В процессе освоения материала по данной дисциплине студенты должны выполнять следующие задания:

- систематически посещать учебные занятия;
- готовиться к текущим лекционным, семинарским занятиям и контрольным работам;
- изучать учебный материал, вынесенный на самостоятельную работу (анализ литературных и мультимедийных источников);
- готовить рефераты по вышеперечисленным темам и практические работы по составлению документов планирования.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компе-тенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-5		**Знает (пороговый уровень):** основы территориальной организации

		рекреационных систем и туризма в системе межкультурного разнообразия общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах; **Умеет (стандартный уровень):** выявлять проблемы и оценивать перспективы развития географии туристско-рекреационных районов и центров, базирующихся на системе межкультурного разнообразия общества; **Имеет опыт (эталонный уровень):** разработки туристских программ с учетом разнообразных рекреационных потребностей.
ПК-8		**Знает (пороговый уровень):** теоретические основы и общие принципы туроператорской и турагентской деятельности; **Умеет** (стандартный уровень): использовать технологии туроператорской и турагентской деятельности для моделирования туристско-экскурсионных программ; **Имеет опыт** (эталонный уровень): применения знаний рекреационных систем и географии туризма в формировании туристских маршрутов, планировании и организации туроператорской и турагентской деятельности

Уровни оценки ожидаемых результатов:

• *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для

освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль:

- фронтальный опрос студентов;
- защита рефератов в виде презентаций;
- контрольные работы;
- тестовый контроль знаний студентов.

Итоговый контроль:

- экзамен (4 семестр).

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине

Тестовый контроль знаний студентов
по дисциплине «География рекреационных систем и туризма»
(модуль 1)
Инструкция по выполнению работы

Тесты включают 20 вопросов. Внимательно прочитайте каждый вопрос. Отвечайте только после того, как Вы поняли вопрос и проанализировали все варианты ответов. Выполняйте задания в том порядке, в котором они даны. Если какой-то вопрос вызывает у Вас затруднение, пропустите его и постарайтесь выполнить те, в ответах на которые Вы уверены. К пропущенным заданиям Вы сможете вернуться, если у Вас останется время.

К некоторым вопросам предложены варианты ответов. Выберите 1 ответ, который является, по Вашему мнению, правильным. В бланке ответов поставьте условный знак в клетке напротив букв, соответствующей правильному ответу. К некоторым вопросам варианты ответов не даны, Вам нужно дописать правильный ответ в пустое поле.

1. Компоненты природной среды, объекты хозяйственной деятельности, обладающие уникальностью, оригинальностью, эстетической привлекательностью, целебно-оздоровительной значимостью, которые могут быть использованы для организации различных видов и форм рекреационных занятий - это:

А) рекреационные предприятия
Б) уникальные природные ресурсы
В) природные рекреационные ресурсы
Г) рекреационные ресурсы
Д) объекты туристского интереса

2. Уровень преобразования изначального пространства в процессе рекреационной деятельности – это:

А) рекреационная нагрузка
Б) рекреационная емкость
В) рекреационный потенциал
Г) уровень рекреационного использования
Д) рекреационная освоенность

3. Часть внерабочего времени, не связанная с удовлетворением естественных потребностей и вынужденной деятельностью нетрудового характера – это:
А) рекреационное время
Б) свободное время
В) отдых
Г) туристское время
Д) инклюзивное время

4. Предмет исследования рекреационной географии – это:
А) изучение особенностей поведения людей, пространственных закономерностей и размещения рекреационных объектов в процессе рекреационной деятельности
Б) объекты и субъекты рекреации в различных социокультурных образованиях
В) материальные предметы, системы, процессы и явления, а также стандарты, являющиеся условиями реализации разнообразной рекреационной деятельности человека
Г) люди, ведущие рекреационную деятельность на основании стандартов данного социокультурного образования
Д) относительно целостная территория с собственным населением, способная иметь некоторые принципиальные отличия от соседней территории

5. Объект исследования рекреационной географии – это:
А) изучение особенностей поведения людей, пространственных закономерностей и размещения рекреационных объектов в процессе рекреационной деятельности
Б) объекты и субъекты рекреации в различных социокультурных образованиях
В) материальные предметы, системы, процессы и явления, а также стандарты, являющиеся условиями реализации разнообразной рекреационной деятельности человека
Г) люди, ведущие рекреационную деятельность на основании стандартов данного социокультурного образования
Д) относительно целостная территория с собственным населением, способная иметь некоторые принципиальные отличия от соседней территории

6. Объекты рекреации – это:

А) изучение особенностей поведения людей, пространственных закономерностей и размещения рекреационных объектов в процессе рекреационной деятельности
Б) объекты и субъекты рекреации в различных социокультурных образованиях
В) материальные предметы, системы, процессы и явления, а также стандарты, являющиеся условиями реализации разнообразной рекреационной деятельности человека
Г) люди, ведущие рекреационную деятельность на основании стандартов данного социокультурного образования
Д) относительно целостная территория с собственным населением, способная иметь некоторые принципиальные отличия от соседней территории

7. Совокупность природных и социокультурных предпосылок для организации рекреационной деятельности на определенной территории – это:
А) рекреационная нагрузка
Б) рекреационная емкость
В) рекреационный потенциал
Г) уровень рекреационного использования
Д) рекреационная освоенность

8. Ресурсоведение – это научная дисциплина, изучающая:
А) совокупность всех форм эксплуатации ресурсного потенциала;
Б) систему и меры сохранения природно-ресурсного потенциала;
В) разнообразие ресурсов во взаимосвязи с природными и социально-экономическими условиями
Г) эколого-технологические основы эксплуатации природно-ресурсного потенциала;
Д) закономерности экономической рентабельности освоения природно-ресурсного потенциала.

9. Перечислите известные Вам законы Б. Коммонера, на которые опирается ресурсоведение: _____

10. Назовите условия, при которых природные условия становятся природными ресурсами _____

11. Часть природных ресурсов, которая может быть вовлечена в хозяйственную деятельность на конкретной территории при данных технических и социально-экономических возможностях общества с условием сохранения среды жизни человека, это – …

12. Ресурсообеспеченность – это:
А) запасы ресурсов на определенной территории;
Б) объемы ресурсов, которые эксплуатируются в настоящее время;

В) соотношение между величиной запасов и размерами их использования;
Г) потенциально перспективные запасы ресурсов;
Д) запасы ресурсов, эксплуатируемые и потенциальные на определенной территории.

13. Ресурсоемкость хозяйства выражается в:
А) количестве ресурсов, используемых для производства одной единицы конечной продукции;
Б) количестве ресурсов, используемых в экономике страны;
В) количестве ресурсов, используемых в энергетическом комплексе;
Г) количестве ресурсов, которое приходится на одного человека;
Д) количестве ресурсов на определенной территории.

14. Природно-ресурсный потенциал региона целесообразнее всего оценивать:
А) в абсолютных показателях;
Б) в доли от ВВП;
В) в относительных показателях, баллах;
Г) денежном эквиваленте;
Д) в любых единицах измерения.

15. Степень использования природно-ресурсного потенциала – это...
А) величина той его части, которая в настоящее время вовлечена в производство
Б) разница между всем потенциалом и используемой его частью

16. Водные ресурсы – это …

17. По критерию возобновления водные ресурсы относятся к:
А) используются без прямого расходования
Б) возобновимым
В) невозобновимым
Г) расходуются в процессе рекреации

18. Водообеспеченность – это показатель, характеризующий:
А) потребление воды на нужды коммунального хозяйства и промышленности;
Б) степень соответствия потребностей в воде возможностям их удовлетворения;
В) количество воды, затрачиваемое на единицу производимой продукции;
Г) отношение общих запасов воды к разведанным запасам;
Д) экономически обоснованное потребление воды.

19. Аттрактивность туристских ресурсов обозначает _____

20. Степень непосредственного влияния отдыхающих людей, их транспортных средств, строительства временных и постоянных жилищ и др. сооружений на природные комплексы или рекреационные объекты, – это …

Система оценки: более 90% (18 – 20 правильных ответов) – отлично; 80% – 89% (16 – 17 правильных ответов) – хорошо; 79% – 60% (12 – 15 правильных ответов) – удовлетворительно; менее 60% (11 и менее правильных ответов) – неудовлетворительно.

Тестовый контроль знаний студентов
по дисциплине «География рекреационных систем и туризма»
(2 модуль)
Инструкция по выполнению работы

Тесты включают 20 вопросов. Внимательно прочитайте каждый вопрос. Отвечайте только после того, как Вы поняли вопрос и проанализировали все варианты ответов. Выполняйте задания в том порядке, в котором они даны. Если какой-то вопрос вызывает у Вас затруднение, пропустите его и постарайтесь выполнить те, в ответах на которые Вы уверены. К пропущенным заданиям Вы сможете вернуться, если у Вас останется время.

К некоторым вопросам предложены варианты ответов. Выберите 1 ответ, который является, по Вашему мнению, правильным. В бланке ответов поставьте условный знак в клетке напротив букв, соответствующей правильному ответу. К некоторым вопросам варианты ответов не даны, Вам нужно дописать правильный ответ в пустое поле.

1. Какой курорт Египта стал первым принимать туристов:
   a) Хургада,
   b) Эль-Гуна,
   c) Шарм-эль-Шейх,
   d) Таба

2. Назовите 3 страны-лидера по туристским прибытиям в Африканском регионе: _____

3. Курорт Касабланка находится в:
   a) Марокко,
   b) Мексике,
   c) Турции,
   d) Кубе

4. Национальный парк им. Крюгера находится в:

a) ЮАР,
b) Кении,
c) Танзании,
d) Эфиопии

5. Курорты Майами и Майами-Бич в США находятся на территории штата:
a) Калифорния,
b) Флорида,
c) Невада,
d) Техас

6. Гора Рамшор с высеченными портретами президентов США находится на территории:
a) Южная Дакота,
b) Южная Каролина,
c) Пенсильвания,
d) Техас

7. Укажите курорт, который не находится на Лазурном берегу Франции:
a) Канны,
b) Ницца,
c) Антиб,
d) Биарриц

8. Курорт Ллорет-де-Мар находится в:
a) Коста-Браве,
b) Коста-дель-Соль,
c) Коста-Дораде,
d) Коста-Бланке

9. Испанский город Таррагона является центром курорта:
a) Коста-Брава,
b) Коста-дель-Соль,
c) Коста-Дорада,
d) Коста де ла Луз

10. Курорт Сорренто находится в:
a) Испании,
b) Франции,
c) Италии,
d) Греции

11. Самый крупный туристский центр Хорватии:
a) Дубровник,

b) Пореч,
c) Пула,
d) Шибенник

12. Самый презентабельный и дорогой курорт Анталийского побережья Турции:
a) Анталия,
b) Кемер,
c) Белек,
d) Аланья

13. Назовите горнолыжные курорты Турции: _____

14. Туристский молодежный центр в Болгарии:
a) Приморско,
b) Солнечный Берег,
c) Золотые Пески,
d) Несебр

15. Курорт Копакабана находится в:
a) Бразилии,
b) Аргентине,
c) Перу,
d) Эквадоре

16. Какой из островов не входит в субрегион Меланезию:
a) Фиджи,
b) Новая Каледония,
c) Папуа-Новая Гвинея,
d) О-ва Кука

17. Какой из курортов острова Бали не находится на побережье (в гористой местности):
a) Нуса-Дуа,
b) Джембаран,
c) Кута,
d) Убуд

18. Остров Сентоза находится в:
a) Индонезии,
b) Таиланде,
c) Сингапуре,
d) Малайзии

19. Самый южный курорт Туниса:
    a) Хаммамет,
    b) Сусс,
    c) Монастир,
    d) Махдия

20. Туристский центр Акапулько находится:
    a) Уругвай,
    b) Бразилия,
    c) Мексика,
    d) Перу

Система оценки: более 90% (18 – 20 правильных ответов) – отлично; 80% – 89% (16 – 17 правильных ответов) – хорошо; 79% – 60% (12 – 15 правильных ответов) – удовлетворительно; менее 60% (11 и менее правильных ответов) – неудовлетворительно.

7.2.3 Вопросы к экзамену

Примерный перечень вопросов к экзамену (6 семестр)

1. Рекреационная география как наука. История становления, практические и теоретические задачи и направления исследований на современном этапе. Связь с другими науками.
2. Рекреация как социокультурное явление, факторы развития рекреации, функции рекреации. Рекреация и туризм.
3. Рекреационная деятельность, ее структура и разнообразие видов.
4. Циклы рекреационных занятий и основные типы рекреационных территорий.
5. Туризм как вид рекреационной деятельности. Классификация видов и форм туризма.
6. Программный туризм и его разновидности.
7. Рекреационные ресурсы: понятие, классификация, подходы к оценке.
8. Природные условия организации различных видов отдыха. Природные рекреационные ресурсы.
9. Разнообразие и классификация культурно-исторических туристско--рекреационных ресурсов. Основные принципы рекреационного освоения природного и культурно-исторического наследия.
10. Влияние рекреации и туризма на окружающую среду, положительные и отрицательные аспекты рекреационного природопользования, проблемы оптимальной организации.
11. Рекреация как альтернативный вид природопользования. Развитие рекреации и туризма на особо охраняемых природных территориях. Культурные ландшафты и туризм.
12. Туристская инфраструктура как условие освоения рекреационных

ресурсов и развития туристской индустрии. Рекреационная и туристская сеть.

13. Рекреационный / туристский кластер, туристская дестинация, туристский центр как формы территориальной организации и управления: признаки, структура, преимущества экономического развития, опыт формирования за рубежом.

14. Туризм как сектор экономики, положительные и отрицательные аспекты его влияния на развитие стран и регионов.

15. Понятия кластеры, кластерные формы освоения территорий, виды и типы кластерных зон.

16. Рациональное использование туристско-рекреационного потенциала территории.

17. Европа. Субрегионы ВТО. Рекреационный потенциал, туристская индустрия, территориальная организация рекреационной сферы.

18. Западная Европа. Франция. Рекреационный потенциал, туристская индустрия, территориальная организация рекреационной сферы.

19. Южная Европа. Испания. Рекреационный потенциал, туристская индустрия, территориальная организация рекреационной сферы.

20. Центрально-Восточная Европа. Чешская Республика, Россия. Рекреационный потенциал, туристская индустрия, территориальная организация рекреационной сферы.

21. Северная Европа. Великобритания. Рекреационный потенциал, туристская индустрия, территориальная организация рекреационной сферы.

22. Восточно-средиземноморская Европа. Рекреационный потенциал, туристская индустрия, территориальная организация рекреационной сферы.

23. Азиатско-Тихоокеанский регион. Субрегионы ВТО. Япония. Рекреационный потенциал, туристская индустрия, территориальная организация рекреационной сферы.

24. Южная Азия. Индия. Рекреационный потенциал, туристская индустрия, территориальная организация рекреационной сферы.

25. Ближний Восток. Египет. Рекреационный потенциал, туристская индустрия, территориальная организация рекреационной сферы.

26. Америка. Субрегионы ВТО. Северная Америка. США. Рекреационный потенциал, туристская индустрия, территориальная организация рекреационной сферы.

27. Карибский субрегион. Рекреационный потенциал, туристская индустрия, территориальная организация рекреационной сферы.

28. Америка. Субрегионы ВТО. Южная Америка. Рекреационный потенциал, туристская индустрия, территориальная организация рекреационной сферы.

29. Африка. Субрегионы ВТО. Рекреационный потенциал, туристская индустрия, территориальная организация рекреационной сферы. ЮАР.

30. Австралия и Океания. Рекреационный потенциал, туристская индустрия, территориальная организация рекреационной сферы.

Критерии оценки знаний студентов на экзамене

«Отлично» – глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением студента подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Студент должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь студента должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Хорошо» – содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе студента как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«Удовлетворительно» – содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Студент испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«Неудовлетворительно» – студент не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи

Практическое задание 1. Дайте характеристику основным параметрам понятий «отдых», «рекреация», «туризм» путём заполнения таблицы 1. Письменно в тетради проведите сравнительный анализ понятий «отдых», «рекреация», «туризм» и укажите основные отличия.

Таблица 1 – Основные параметры понятий «отдых», «рекреация» и «туризм»

Параметры	«отдых»	«рекреация»	«туризм»
виды деятельности в пределах ПМЖ			
виды деятельности за пределами ПМЖ			
продолжительность времени проведения			
основные места проведения			
удалённость (расстояние) от ПМЖ			

Практическое задание 2. Методика оценки культурно-исторических ресурсов туристского региона.

Рассмотрите таблицу и проведите оценку культурно-исторических ресурсов выбранного туристского региона

Таблица оценки культурно-исторических ресурсов
(на примере Испании)

Название объекта	Местоположение	Уникальность	Краткая характеристика
Храм Святого Семейства	Барселона, Испания	Это самая посещаемая достопримечательность Барселоны и Испании (3,2 млн посетителей в год). В 2005 году фасад Рождества и крипта храма были включены ЮНЕСКО в список всемирного наследия в раздел «Творения Антонио Гауди».	Это самое известное сооружение великого Антонио Гауди. Также известен под названием Саграда-Фамилия. Примечательно тем, что строительство храма, начатое в 1882 году, не окончено до сих пор. Грандиозное здание является символом всей Барселоны и Каталонии. Величавое и внушительное здание начинало строиться в готическом стиле, однако Гауди внес в его облик оригинальность модерна, добавив храму легкости и ажурности.
дом Мила	Барселона, Испания	Дом Мила пережил неприятие и откровенно негативное отношение	Дом Мила – памятник архитектуры и жилой дом, который входит в список наследия

		барселонцев, которое со временем переросло в восхищение, искреннюю любовь и гордость. Сегодня к великолепному сооружению стекаются все туристические маршруты Барселоны. Каса-Мила выдерживает поток более миллиона посетителей в год.	ЮНЕСКО. Дом с фасадом экстравагантной формы возведен по проекту Антонио Гауди. Частью фасада являются кованые решетки балконов необычной формы. Сейчас в здании размещен музей работ Гауди.

Практическое задание 3: заполнить таблицу «Столицы и крупные туристские центры стран Европейского макрорегиона»

Таблица 1 – Столицы стран Европейского макрорегиона (по классификации Всемирной туристической организации)

Страна	**Столица**	**Год вступления в ВТО**	**Крупные туристские центры**
Западная Европа			
Австрия			
Бельгия			
Германия			
Лихтенштейн			
Люксембург			
Монако			
Нидерланды			
Франция			
Швейцария			
Северная Европа			
Великобритания			
Дания (с Фарерскими о-вами)			
Ирландия			
Исландия			
Норвегия			
Финляндия			
Швеция			
Южная и Средиземноморская Европа			
Албания			
Андорра			

Босния и Герцеговина			
Италия			
Греция			
Испания			
Мадейра (Португалия)			
Македония			
Мальта			
Португалия			
Сан-Марино			
Сербия			
Словения			
Хорватия			
Черногория			
Израиль			
Кипр			
Турция			
Центральная и Восточная Европа			
Азербайджан			
Армения			
Беларусь			
Болгария			
Венгрия			
Грузия			
Казахстан			
Кыргызстан			
Латвия			
Литва			
Молдова			
Польша			
Россия			
Румыния			
Словакия			
Таджикистан			
Туркменистан			
Узбекистан			
Украина			
Чехия			
Эстония			

Практическое задание 4: заполнить таблицу «Столицы и крупные туристские центры стран Американского макрорегиона»

Таблица 1 – Столицы стран Американского макрорегиона (по классификации Всемирной туристической организации)

Страна	Столица	Год вступления в ВТО	Крупные туристские центры
Северная Америка			
Гренландия (Дат.)			
Канада			
Мексика			
США			
Центральная Америка			
Белиз			
Гватемала			
Гондурас			
Коста-Рика			
Никарагуа			
Панама			
Сальвадор			
Южная Америка			
Аргентина			
Боливия			
Бразилия			
Венесуэла			
Гайана			
Колумбия			
Парагвай			
Перу			
Суринам			
Уругвай			
Чили			
Эквадор			
Страны Карибского бассейна			
Антигуа и Барбуда			
Аруба			
Багамские Острова			
Барбадос			
Гаити			
Гренада			
Доминика			
Доминиканская Респ.			
Куба			

Пуэрто-Рико			
Сент-Винсент и Грненадины			
Сент-Киттс и Невис			
Сент-Люсия			
Тринидад и Тобаго			
Ямайка			

Практическое задание 5: заполнить таблицу «Столицы и крупные туристские центры стран Африканского макрорегиона»

Таблица 1 – Столицы стран Африканского макрорегиона (по классификации Всемирной туристической организации)

Страна	**Столица**	**Год вступления в ВТО**	**Крупные туристские центры**
Северная Африка			
Алжир			
Марокко			
Судан			
Тунис			
Западная Африка			
Бенин			
Буркина-Фасо			
Гамбия			
Гана			
Гвинея			
Гвинея-Бисау			
Кабо-Верде			
Кот-д'Ивуар			
Либерия			
Мавритания			
Мали			
Нигер			
Нигерия			
Сенегал			
Сьерра-Леоне			
Центральная Африка			
Ангола			
Габон			
Д.Р. Конго			
Камерун			

Респ. Конго			
Сан-Томе и Принсипи			
ЦАР			
Чад			
Экваториальная Гвинея			
Южный Судан			
Восточная Африка			
Бурунди			
Джибути			
Замбия			
Зимбабве			
Кения			
Коморские Острова			
Маврикий			
Мадагаскар			
Малави			
Мозамбик			
Руанда			
Сейшельские Острова			
Сомали			
Танзания			
Уганда			
Эритрея			
Эфиопия			
Южная Африка			
Ботсвана			
Лесото			
Намибия			
Свазиленд			
Южная Африка			

Практическое задание 6: заполнить таблицу «Столицы и крупные туристские центры стран Ближневосточного макрорегиона»

Таблица 1 – Столицы стран Ближневосточного макрорегиона (по классификации Всемирной туристической организации)

Страна	**Столица**	**Год вступления в ВТО**	**Крупные туристские центры**
Западная Европа			
Бахрейн			
Египет			

Йемен			
Иордания			
Ирак			
Катар			
Кувейт			
Ливан			
Ливия			
Саудовская Аравия			
ОАЭ			
Оман			
Палестина			
Сирия			

Практическое задание 7.

1) составить таблицы по видам туристских ресурсов и их распределению по регионам России

2) составить таблицы по видам туристских ресурсов и их распределению по регионам мира

1. Виды ресурсов:

- ПРИРОДНЫЕ: Водные объекты. Горы, скалы, пещеры, равнины. Климат и биоклимат. Минеральные воды. Лечебные грязи.

- АНТРОПОГЕННЫЕ: Археологические памятники. Объекты религиозного туризма. Объекты этнографического туризма. Музеи. Дворцово-парковые и усадебные комплексы. Военно-исторические местности. Уникальные технические комплексы. Объекты научного и конгрессного туризма. Памятники промышленной архитектуры. События и мероприятия.

- КОМБИНИРОВАННЫЕ: ООПТ.

Практическое задание 8. Объекты туризма ЮНЕСКО. Заполните таблицы

Таблица 1 – Распределение туристских ресурсов России

Туристский ресурс	Вид туризма	Область	Город

Таблица 2 – Распределение туристских ресурсов

Туристский ресурс	Вид туризма	Регион мира	Страна	Город

Практическое задание 9. Подготовить и представить доклад-презентацию. Обучающемуся предоставляется право выбора темы доклада-презентации.

Тема доклада-презентации	Страны	Ф.И.О. студента
1. География туристских ресурсов Западной Европы		
2. География туристских ресурсов Восточной Европы		
3. География туристских ресурсов Азии		
4. География туристских ресурсов Северной Америки		
5. География туристских ресурсов Южной Америки		
6. География туристских ресурсов Африки		
7. География туристских ресурсов Австралии и Океании		

К докладу-презентации предъявляются следующие требования: 1) четкость построения; 2) логическая последовательность изложения материала; 3) глубина исследования и полнота освещения вопросов; 4) убедительность

аргументаций; 5) краткость и точность формулировок; 6) конкретность изложения результатов работы; 7) доказательность выводов и обоснованность рекомендаций; 8) грамотное оформление. При оценке работы учитываются содержание работы, ее актуальность, степень самостоятельности, оригинальность выводов и предложений, качество используемого материала, а также уровень грамотности (общий и специальный). Доклад в печатном виде проверяется преподавателем, который определяет уровень теоретических знаний и практических навыков студента, соответствие работы предъявляемым к ней требованиям.

Практическое задание 10. Составить таблицы по регионам мира и развитым в них видам туризма, туристских ресурсов.

Таблица 1 – Распределение видов туризма по регионам мира

Регион мира	Страна	Вид туризма	Туристский ресурс (город)

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

1. Афанасьева, А. В. География туризма : учебник / А. В. Афанасьева. — Москва : КноРус, 2023. — 346 с. — ISBN 978-5-406-11476-6. — URL: https://book.ru/book/949421
2. Александрова, А. Ю. География туризма : учебник / А. Ю. Александрова, А. И. Зырянов. — Москва : КноРус, 2027. — 448 с. — ISBN 978-5-406-16571-3. — URL: https://book.ru/book/963114
3. Лукьянова, Н. С. География туризма. Практикум : учебное пособие / Н. С. Лукьянова. — Москва : КноРус, 2025. — 251 с. — ISBN 978-5-406-13851-9. — URL: https://book.ru/book/956211
4. Лукьянова, Н. С. География туризма: туристские регионы мира и России. Практикум : учебное пособие / Н. С. Лукьянова. — Москва : КноРус, 2023. — 176 с. — ISBN 978-5-406-11892-4. — URL: https://book.ru/book/949883
5. Котлярова, О. В. География туризма и отдыха : учебное пособие / О. В. Котлярова. — Москва : Русайнс, 2026. — 203 с. — ISBN 978-5-466-12323-4. — URL: https://book.ru/book/962848
6. Миненко, Н.Д. География туризма Европейской части России : Учебно-методическое пособие / Н.Д. Миненко, Т.Е. Кузьмина — Москва : Проспект, 2020. — 78 с. — ISBN 978-5-998-80713-8. — URL: https://book.ru/book/937853

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: https://elibrary.ru/defaultx.asp
2. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс].– Режим доступа: https://lib.rucont.ru/search
3. ЭБС «Университетская Библиотека Онлайн» [Электронный ресурс] . – Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Федеральные порталы, образовательные ресурсы:

1. 1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Национальный туристский портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://russia.travel

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света – справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет – интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.krugosvet.ru

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. – Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.library.ru
3. Российская национальная библиотека[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nlr.ru

Федерации, ассоциации и союзы:

1. Ассоциации содействия туристским технологиям[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.astt.ru

Периодические издания:

1. Вестник Национальной академии туризма[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nat-moo.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

- необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;
- записывать удобнее на одной стороне листа;
- записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;

● следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;

● на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.

2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.

3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.

4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.

5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.

6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления *7 – 10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат завершается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.

2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу

Рекомендации студентам по подготовке презентаций

Чтобы презентация хорошо воспринималась слушателями и не вызывала отрицательных эмоций (подсознательных или вполне осознанных), необходимо соблюдать правила ее оформления.

1. Опустите ненужные частности на слайде презентации

- Уменьшите количество слов на слайде.
- Опустите все ссылки на источники и примечания.

2. Увеличьте размер шрифта

На слайдах, предназначенных для того, чтобы раздать собравшимся, размер шрифта должен быть 10, а для демонстрации – не менее 18.

3.Увеличьте графические изображения

Убедитесь, что каждый графический элемент хорошо виден с задних рядов аудитории.

4.Измените цвет фона и текста

- На слайдах, предназначенных для демонстрации, пишите текст светлым шрифтом по темному фону.
- На слайдах, которые будете раздавать слушателям, пишите текст темным шрифтом по светлому фону.

5. Ограничьте цветовую палитру минимальным набором цветов

Во время всей презентации используйте не более трех-четырех цветов.

6. Используйте «Маркеры абзаца»

- Начинайте все абзацы одинаково (например, с глагола в одном и том же времени).
- Следите за тем, чтобы каждый абзац выражал законченную мысль. Не пользуйтесь слайдами, на которых есть лишь список слов (например, план, внедрение, оценка).

7. Используйте таблицы

- Таблицы должны быть простыми и краткими. Приводите в них только существенную информацию. Ограничьте их размер до одной страницы.
- Упорядочьте их по столбцам, а не строкам: в столбцах удобнее читать.

8. Используйте рисунки (картинки)

- Старайтесь не пользоваться стандартными средствами для вставки готовых фрагментов Microsoftclipart.
- Убедитесь, что картинки выдержаны в тоне презентации (например, не используйте формат комиксов на серьезной презентации).
- Желательно избегать в презентации рисунков, не несущих смысловой нагрузки.

9. Используйте видеоматериалы

- Вставка видеозарисовок по ходу презентации помогает разнообразить встречу и способствует концентрации внимания слушателей.
- Анимационные эффекты используются для привлечения внимания слушателей или для демонстрации динамики развития какого-либо процесса.

10. Используйте графики

- Не включайте в презентацию графики только ради того, чтобы они у вас были, поскольку неуместное использование графиков никак не улучшает презентацию.
- Используйте типы графиков, которые лучше всего иллюстрируют идею, которую вы стараетесь донести.
- Рисуйте простые графики; каждый график должен иллюстрировать одну мысль.
- Назовите каждый график так, чтобы название было содержательным.
- Используйте цвета для того, чтобы выделить какие-то моменты, а не сделать график симпатичным.
- Укажите единицы измерения (речь идет о десятках, тысячах или миллионах?).
- Не загружайте слайд ненужными примечаниями.
- Цвет графических изображений не должен резко контрастировать с общим стилевым оформлением слайда;
- Если графическое изображение используется в качестве фона, то текст на этом фоне должен быть хорошо читаем.

11. Используйте звуковое оформление

- Звуковое сопровождение должно отражать суть или подчеркивать особенность темы слайда, презентации;
- Необходимо выбрать оптимальную громкость, чтобы звук был слышен всем слушателям, но не был оглушительным;

- Если это фоновая музыка, то она должна не отвлекать внимание слушателей и не заглушать слова докладчика.

12. Правильно применяйте цифровые данные

- Проследите за тем, чтобы группы данных были дискретными (например, 1-10, 11-20, а не 1-10, 10-20).
- Данные необходимо подобрать так, чтобы их было удобно читать (например, упорядочить их по возрастанию или убыванию).
- Внизу под графиком укажите количество использованных в нем точек данных (например, п = 10).
- Ограничьте количество групп данных до шести. (Выберите пять самых важных групп)

13. Используйте единое стилевое оформление

- Стиль может включать: определенный шрифт (гарнитура и цвет), цвет фона или фоновый рисунок, декоративный элемент небольшого размера и др.;
- Не рекомендуется использовать в стилевом оформлении презентации более 3 цветов и более 3 типов шрифта;
- Оформление слайда не должно отвлекать внимание слушателей от его содержательной части;
- Все слайды презентации должны быть выдержаны в одном стиле.

14. Правильно применяйте текстовую информацию

- Для основного текста на слайдах не рекомендуется использовать прописные буквы.
- Шрифтовой контраст можно создать посредством: размера шрифта, толщины шрифта, начертания, формы, направления и цвета.
- Размер шрифта: 24–54 пункта (заголовок), 18–36 пунктов (обычный текст);
- Цвет шрифта и цвет фона должны контрастировать (текст должен хорошо читаться), но не резать глаза;
- Тип шрифта: для основного текста используйте гладкий шрифт без засечек (Arial, Tahoma, Verdana), для заголовка можно использовать декоративный шрифт, если он хорошо читаем;
- Курсив, подчеркивание, жирный шрифт, прописные буквы рекомендуется использовать только для смыслового выделения фрагмента текста;
- Шрифты с засечками (TimesNewRoman) читаются легче, чем гротески (шрифты без засечек).

15. Правильно выбирайте цветовую гамму

- Цветовая гамма должна состоять не более чем из двух-трех цветов.
- Существуют не сочетаемые комбинации цветов.
- Черный цвет имеет негативный (мрачный) подтекст.

- Белый текст на черном фоне читается плохо (инверсия плохо читается).

16. Правильно располагайте информационные блоки на слайде

- Информационных блоков не должно быть слишком много (3-6);
- Рекомендуемый размер одного информационного блока — не более 1/2 размера слайда;
- Желательно присутствие на странице блоков с разнотипной информацией (текст, графики, диаграммы, таблицы, рисунки), дополняющей друг друга;
- Ключевые слова в информационном блоке необходимо выделить;
- Информационные блоки лучше располагать горизонтально, связанные по смыслу блоки – слева направо;
- Наиболее важную информацию следует поместить в центр слайда;

17. Соблюдайте правила общей композиции

- На полосе не должно быть больше семи значимых объектов, так как человек не в состоянии запомнить за один раз более семи пунктов.
- Логотип на полосе должен располагаться справа внизу (слева наверху и т. д.).
- Логотип должен быть простой и лаконичной формы.
- Дизайн должен быть простым, а текст – коротким.
- Изображения домашних животных, детей, женщин и т.д. являются положительными образами.
- Крупные объекты в составе любой композиции смотрятся довольно неважно. Аршинные буквы в заголовках, кнопки навигации высотой в 40 пикселей, разделитель одного цвета, растянутый на весь экран — все это придает дизайну непрофессиональный вид.

Выполняя вышеизложенные правила, не стоит забывать, что на каждое подобное утверждение есть сотни примеров, доказывающих обратное. Поэтому приведенные утверждения нельзя назвать общими и универсальными правилами дизайна, они верны лишь в определенных случаях.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения лекционных и семинарских занятий должны быть оснащены специализированной мебелью.

1. Необходимые технические средства обучения:

- мультимедийная приставка к ПК;

- слайдпроектор;
- переносной экран.

3. Библиотечный фонд литературы.

Материально-техническое обеспечение дисциплины

Аудиторный фонд

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций;	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1

	текущего контроля и промежуточной аттестации	мела настенная. Интерактивная панель	License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система

9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра БИОЛОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«25» мая 2026 г.
протокол № 11
Заведующая кафедрой Т.М.Брук

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«26» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ
СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы):спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: заочная

Курс – 1
Семестр – 1, 2
Итоговая форма контроля:
зачет – 2 семестр

Рабочую программу разработали:
Брук Т.М., зав.каф., д.б.н., профессор
Сафоненкова Е.В., к.б.н., доцент

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

Стр.

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта ВО 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 6
5. Содержание дисциплины 6
5.1. Количество часов по видам занятий 6
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий 9
5.2.1. Содержание лекционных занятий 9
5.2.2. Содержание семинарских занятий 12
5.2.3. Содержание практических занятий 14
6. Самостоятельная работа студентов 24
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 30
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 30
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы 32
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 32
7.2.2. Тестовые задания по дисциплине 36
7.2.3. Вопросы к для подготовки к зачету 49
7.2.4. Кейсы, ситуационные задачи 51
8. Перечень основной и дополнительной литературы 57
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 59
9.1. Электронные библиотечные системы 59
9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 59
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 59
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 64

1. ВЫПИСКА ИЗ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО СТАНДАРТА ВО

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования 3++ по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 943.

Область профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения);

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации.

Выпускники могут осуществлять профессиональную деятельность в других областях профессиональной деятельности и (или) сферах профессиональной деятельности при условии соответствия уровня их образования и полученных компетенций требованиям к квалификации работника (п. 1.11.).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники могут готовиться к решению задач профессиональной деятельности следующих типов (п. 1.12):

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

В результате освоения программы бакалавриата у выпускника должны быть сформированы компетенции:

УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.

УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

ПК-6. Способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины «Биологические основы спортивно-оздоровительного туризма» направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

Результаты обучения по дисциплине:	**Профессиональный стандарт и код трудовой функции**	**Формируемые компетенции**
Знать		
Существо заложенных в содержании используемых в начальной школе учебных задач обобщенных способов деятельности и системы знаний о природе, обществе, человеке, технологиях	**01.001 Педагог:** B/03.6 **05.012 Тренер-преподаватель:** A/06.6	УК-1 ПК-6
Основные направления досуговой деятельности, особенности организации и проведения досуговых мероприятий	**01.001 Педагог:** A/02.6	УК-6
Основы организации здорового образа жизни	**05.005 Инструктор-методист:** A/03.4; A/04.4; B/04.5; C/05.5 **05.012 Тренер-преподаватель:** A/06.6	УК-6 ПК-6
Теоретические основы физкультурно-оздоровительной работы	**05.005 Инструктор-методист:** C/02.5 **05.012 Тренер-преподаватель:** A/06.6	УК-6
Уметь		
Организовывать различные виды внеурочной деятельности: игровую, учебно-исследовательскую, художественно-продуктивную, культурно-досуговую с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона	**01.001 Педагог:** A/01.6	УК-6
Изучать и систематизировать информацию по вопросам здорового образа жизни и улучшения физической подготовленности населения	**05.005 Инструктор-методист:** A/03.4; A/04.4 **05.012 Тренер-**	ПК-6

	преподаватель: А/06.6	
Определять уровень подготовки, мотивации, наличие (отсутствие) медицинских противопоказаний у лиц, поступающих в секции и группы спортивной и оздоровительной направленности	**05.005 Инструктор-методист:** С/02.5 **05.012 Тренер-преподаватель:** А/02.6; А/06.6	УК-1 УК-6
Иметь опыт		
Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни	**01.001 Педагог** А/02.6 А/03.6 **05.012 Тренер-преподаватель:** А/06.6	УК-1 ПК-6
Проведение с обучающимися лекций и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, гигиены, первой доврачебной помощи	**05.003 Тренер:** А/02.5 **05.012 Тренер-преподаватель:** А/06.6	УК-1 ПК-6
Контроль двигательной деятельности обучающихся, занимающихся. Регулирование физической нагрузки обучающихся, занимающихся	**05.005 Инструктор-методист:** А/01.4; В/03.5	УК-6
Определение целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся, занимающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации	**05.005 Инструктор-методист:** В/01.5	УК-6
Обучение занимающихся, обучающихся младшего возраста соблюдению требований гигиены	**05.005 Инструктор-методист:** В/05.5	ПК-6

3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Биологические основы спортивно-оздоровительного туризма» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений 1 Блока дисциплин (Б1.В.12).

В соответствии с учебным планом дисциплина «Биологические основы спортивно-оздоровительного туризма» изучается на первом курсе в 1 – 2 семестрах по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачет.

Для успешного освоения дисциплина «Биологические основы спортивно-оздоровительного туризма» необходимо опираться на знания, полученные в процессе обучения на занятиях по биологии в общеобразовательных учреждениях.

Дисциплина «Биологические основы спортивно-оздоровительного туризма» служит основой для изучения таких дисциплин как «Валеология», «Физиология», «Анатомия», «Экологический туризм» и др.

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры	
			1	2
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**10**	6	4
Лекции		**4**	4	
Семинары		**3**	1	2
Практические занятия		**3**	1	2
Лабораторные работы				
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)		**4 (зачет)**		4
Самостоятельная работа		**94**	66	28
Общая трудоемкость	**часы**	**108**	72	36
	ЗЕ	**3**	1,5	1,5

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы:

- Раздел I. Общие принципы организации и функционирования живых систем
- Раздел II. Основы генетики и экологии

Распределение учебных часов курса по видам учебной работы

Разделы, модули, темы	Всего часов	Зачет	Виды учебных работ				
			Лекции	Семинары	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная Работа
1	2	3	4	5	6	7	8
Семестр 1							
Раздел I. Общие принципы организации и функционирования живых систем	**54**		**4**	**1**	**1**		**48**
Тема №1. Основы биологи. Свойства живых организмов. Уровни организации живой материи	**10**		**2**				**8**
1. Биология как наука. Свойства живых организмов. Уровни организации живой материи	10		2^5				8
Тема №2. Строение эукариотических клеток	**10**						**10**

Разделы, модули, темы	Всего часов	Зачет	Виды учебных работ				
			Лекции	Семинары	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная Работа
1	2	3	4	5	6	7	8
1. Структурно-функциональная организация клетки	10						10
Тема 3. Живые системы и их свойства	**10**						**10**
1. Размножение и индивидуальное развитие организмов	10						10
Тема № 4. Основы биологического роста, развития и старения живых организмов	**12**			**1**	**1**		**10**
1. Биология развития. Старение и смерть. Витаукт	6			1[4]			5
2. Определение биологического возраста	6				1[3]		5
Тема №5. Гомеостатические и регенерационные процессы в организме	**12**		**2**				**10**
1. Гомеостаз, его виды. Понятие регенерации и ее формы	12		2[5]				10
Семестр 2							
Раздел II. Основы генетики и экологии	**50**			**2**	**2**		**46**
Тема №6. Генетические основы наследования признаков	**9**			**1**	**1**		**7**
1. Основные закономерности и теории наследственности	5			1[4]			4
2. Моно-, ди- и полигибридное скрещивание	4				1[1]		3
Тема №7. Особенности взаимодействия генов. Типы и варианты наследования признаков	**10**						**10**
1. Генотип как целостная система. Генетика пола	5						5
2. Виды взаимодействия генов. Сцепленное с полом наследование	5						5
Тема №8. Изменчивость живых организмов	**9**			**1**	**1**		**7**
1. Закономерности изменчивости живых организмов	5			1[4]			3
2. Наследственная и фенотипическая	4				1[1]		4

Разделы, модули, темы	Всего часов	Зачет	Виды учебных работ				
			Лекции	Семинары	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная Работа
1	2	3	4	5	6	7	8
изменчивость живых организмов							
Тема №9. Основы генетики человека и проблемы генетической безопасности	**10**						**10**
1. Генетика человека и евгенические программы	5						5
2. Основные направления и методы генетики человека	5						5
Тема №10. Экология и биосфера	**12**						**12**
1. Основы экологии. Экологические факторы среды	3						3
2. Учение В.И. Вернадского о биосфере. Ноосфера	3						3
3. Антропогенное воздействие на живую природу. Рациональное природопользование	3						3
4. Экология и здоровье человека	3						3
Всего:	**104**		**4**	**3**	**3**		**94**
Промежуточная аттестация	**4**	**4**					
ИТОГО:	**108**						

Используемые образовательные технологии при изучении данной дисциплины реализуют компетентностный подход в различных формах учебной деятельности.

Примеры интерактивных форм и методов проведения занятий:

– [1] *технология case-study* – на занятиях решаются конкретные ситуационные задачи (кейсы). При этом формируются творческие стимулы, новые навыки общения, умения формулировать вопрос, аргументировать ответ;

– [2] *круглый стол, деловая игра* – проводится с целью выработки общего мнения, позиции участников по обсуждаемой проблеме;

– [3] *мозговой штурм* – это метод, способствующий развитию практических навыков, творчества, выработке правильной точки зрения на определенные вопросы педагогической теории и практики;

– [4] *учебные групповые дискуссии, обсуждение* – их целью является процесс поиска, который должен привести к объективно известному, но субъективно, с точки зрения обучающихся, новому знанию. Причем этот поиск должен закономерно вести к запланированному педагогом заданию;

– [5] *мультимедиа-презентация* лекций по основополагающим темам учебной дисциплины.

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий

Лекция №1. Биология как наука. Уровни организации и основные свойства живых систем (2 часа) – презентация лекции по данной теме.

План

1. Биология как наука.
2. Уровни организации живой материи.
3. Основные свойства и закономерности живых организмов.
4. Формы существования живого.

В лекции разбираются: предмет, объект исследования, задачи и основные методы биологии.

В настоящее время выделяют несколько уровней организации живой материи. Молекулярный: любая живая система, как бы сложно она ни была организована, проявляется на уровне функционирования биополимеров, построенных из большого количества единиц – мономеров. Клеточный: клетка является структурной и функциональной единицей живых организмов. Она представляет собой саморегулирующуюся, самовоспроизводящуюся живую систему. Тканевый: ткань представляет собой совокупность сходных по строению клеток и межклеточного вещества, объединенных выполнением общей функции. Органный: органы – это структурно-функциональные объединения нескольких типов тканей, которые вместе выполняют ряд функций. Организменный: многоклеточный организм представляет собой целостную систему органов, специализированных для выполнения различных функций. Популяционно-видовой: совокупность организмов одного и того же вида, объединенная общим местом обитания, создает популяцию как систему надорганизменного порядка. В этой системе осуществляются простейшие эволюционные преобразования. Биогеоценотический: биогеоценоз – это совокупность организмов разных видов и факторов среды их обитания, объединенных обменом веществ и энергии в единый природный комплекс. Биосферный: биосфера – система высшего порядка, охватывающая все явления жизни на нашей планете.

Основные свойства и закономерности живых организмов. Единый принцип структурной организации: все живые самостоятельно существующие организмы состоят из клеток. Единство химического состава: в состав живых организмов входят те же химические элементы, что и в объекты неживой природы. Метаболизм или обмен веществ: все живые организмы способны к обмену веществ с окружающей средой, поглощая из

нее вещества, необходимые для питания и выделяя в нее продукты жизнедеятельности. Самовоспроизведение или репродукция – это свойство живых организмов воспроизводить себе подобных. Наследственность – это способность живых организмов передавать признаки, свойства, особенности развития из поколения в поколение. Изменчивость – это способность организмов приобретать новые признаки и свойства под влиянием условий окружающей среды. Рост и развитие. Под развитием понимают необратимое направленное закономерное изменение объектов живой и неживой природы. Развитие живой формы материи представлено онтогенезом и филогенезом. Развитие сопровождается ростом, то есть увеличением массы и размеров. Раздражимость – это способность живого избирательно реагировать на воздействия среды, то есть на раздражитель. Дискретность: любая живая система состоит из отдельных, но взаимодействующих частей, образующих структурно-функциональное единство. Авто- или саморегуляция – это способность живых организмов, обитающих в непрерывно меняющихся условиях окружающей среды, поддерживать постоянство своего химического состава и интенсивность течения физиологических процессов, то есть гомеостаз. Ритмичность – это периодические изменения интенсивности физиологических функций с определенными периодами колебаний. Энергозависимость: живые тела представляют собой «открытые» для поступления энергии системы, устойчивые лишь при условии непрерывного доступа к ним энергии и материи извне в виде пищи из окружающей среды.

Формы существования живого. Неклеточные формы жизни представлены вирусами и бактериофагами. Клеточные формы по строению клетки делятся на доядерные (прокариоты) и ядерные (эукариоты).

Литература: основная: 1, 2, 3; дополнительная:1, 2, 10.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний:** об уровнях организации живой материи, основных свойствах и закономерностях живых организмов, формах существования живого; фундаментальных свойств, структуры, принципов воспроизводства и развития живых систем, их связи с окружающей средой; терминов, свойств, естественнонаучных законов и методов в сфере спортивно-оздоровительного туризма;

умений: применять законы и методы естественнонаучных дисциплин в учебной и профессиональной деятельности; определять взаимосвязи, упорядочивать полученные данные с целью выявления актуальных вопросов в сфере спортивно-оздоровительного туризма с точки зрения естественнонаучных дисциплин;

опыта: использования основных законов биологии в профессиональной деятельности.

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-1,6) и профессиональных компетенций (ПК-6).

Лекция №2. Гомеостаз, его виды. Понятие регенерации и ее формы (2 часа) – презентация лекции по данной теме.

План

1. Понятие и виды гомеостаза.
2. Кибернетические основы гомеостаза.
3. Гомеостаз в онтогенезе. Стресс-реакция как защитный механизм организма, этапы стресс-реакции, ее виды.
4. Биоритмы как проявление гомеостаза.
5. Понятие регенерации, ее значение.
6. Виды регенерации.
7. Трансплантация органов и тканей.

Гомеостаз – это способность живых организмов сохранять и поддерживать постоянство внутренней среды организма, а также основные черты присущей ему структурной организации в меняющихся условиях окружающей среды. Виды гомеостаза: генетический, структурный, физиологический, биохимический.

Живой организм представляет собой саморегулирующуюся систему. В соответствии с кибернетическими идеями организм – это совокупность элементов, закономерным образом взаимодействующих друг с другом.

Состояние гомеостаза поддерживается на любой стадии онтогенеза особи. В процессе онтогенеза меняется как сам организм, так и условия его существования. Соответственно происходит смена преобладающих гомеостатических механизмов. Стресс-реакция – это ответная реакция организма на необычные по силе и продолжительности воздействия окружающей среды.

Биологические ритмы – это ритмические колебания функций организма. Они отличаются продолжительностью цикла. Понимание механизма биологических часов имеет большое значение.

Общая характеристика регенерации. Формы регенерации, ее значение для жизни организмов и в практике спорта. Физиологическая регенерация, особенности проявления регенерации у спортсменов в период отдыха. Суперкомпенсация в восстановительном периоде.

Репаративная регенерация, ее виды: компенсаторная гипертрофия, регенерационная гипертрофия, эпиморфоз, морфаллаксис, тканевая регенерация, эпителизация и др. Стимуляция регенерации. Изменение регенерационной способности организмов в процессе эволюции.

Литература: основная: 1, 2, 3; дополнительная: 1, 2, 6.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний:** понятия и видов гомеостаза, кибернетических основ гомеостаза, стресс-реакции как защитного механизма организма, этапов стресс-реакции, ее видов, биоритмов как проявление гомеостаза; понятия регенерации, ее значения и видов, характеристику физиологической и репаративной регенерации, характера

влияния факторов среды на регенерацию; фундаментальных свойств, принципов воспроизводства и развития живых систем, их связи с окружающей средой; терминов, свойств, естественнонаучных законов и методов в сфере спортивно-оздоровительного туризма;
умений: применять законы и методы естественнонаучных дисциплин в учебной и профессиональной деятельности; определять биологические особенности человека и характер влияния физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста; применять и трансформировать в соответствии с целями деятельности законы естественнонаучных дисциплин;
опыта: использования основных законов биологии в профессиональной деятельности; владения способами санитарно-гигиенического обеспечения своей профессиональной деятельности.

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-1,6) и профессиональных компетенций (ПК-6).

5.2.2. Содержание семинарских занятий

Семинарское занятие №1. Биология развития. Старение и смерть. Витаукт (1 час) – учебно-групповые дискуссии, обсуждение.

Цель занятия: ознакомить с особенностями роста и развития организма на этапах онтогенеза, закономерностями и гипотезами старения.

Контрольные вопросы

1. Понятия биологии роста и развития. Основные закономерности процессов роста.
2. Характеристика процессов роста и развития.
3. Календарный и биологический возраст. Критерии оценки биологического возраста.
4. Законы роста и развития.
5. Основные понятия: старение, смерть, геронтология и гериатрия.
6. Процесс, стабилизирующий жизнедеятельность организма, его механизмы.
7. Теории И.И. Мечникова, И.П. Павлова и А.А. Богомольца о старении.
8. Типология старения. Молекулярные и клеточные механизмы старения.
9. Смерть как завершающий этап онтогенеза.

Литература: основная: 1, 2, 3; дополнительная: 1, 2.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** о свойствах и специфике, принципах воспроизводства, развития и функционирования живых систем, об особенностях старения живых систем, механизмах поддержания повышения надежности организма и смерти, как биологическом явлении; **умений** применять и трансформировать в соответствии с целями деятельности законы естественнонаучных дисциплин;

опыта владения методами теоретического и экспериментального исследования в биологии, способами санитарно-гигиенического обеспечения своей профессиональной деятельности; способами санитарно-гигиенического обеспечения своей профессиональной деятельности и формирование универсальных компетенций (УК-1, УК–6) и профессиональных компетенций (ПК – 6).

Семинарское занятие №2. Основные закономерности и теории наследственности (1 час) – учебные групповые дискуссии, обсуждение.

Цель: ознакомить с основными понятиями, закономерностями и законами генетики.

Контрольные вопросы:

1. Что изучает генетика? Кто был первооткрывателем закономерностей наследования признаков?
2. Перечислите и охарактеризуйте свойства генов.
3. Какова функционально-генетическая классификация генов?
4. Сформулируйте 1,2,3-й законы Менделя.
5. Что такое анализирующее скрещивание?
6. Назовите основные положения хромосомной теории Т. Моргана.
7. Каковы экспериментальные доказательства хромосомной теории?

Литература: основная: 1, 2, 4; дополнительная: 1, 3, 4, 5.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** законов генетики, их роли в эволюции; **умений** объяснять занимающимся биосоциальные особенности человека, его физиологию, значение здорового образа жизни для творческой деятельности; законы генетики в обеспечении двигательной деятельности человека; **опыта** владения методами теоретического и экспериментального исследования в биологии, способами экологического, санитарно-гигиенического обеспечения своей профессиональной деятельности, владения практическими навыками анализа наследственности и изменчивости, кариотипов, построения и анализа родословных, решения ситуационных задач; использования основных законов биологии в профессиональной деятельности; формирование универсальных компетенций (УК-1, УК-6) и профессиональных компетенций (ПК – 6).

Семинарское занятие №3. Закономерности изменчивости живых организмов (1 час) – учебные групповые дискуссии, обсуждение.

Цель: изучить закономерности фенотипической и генотипической изменчивости живых организмов.

Контрольные вопросы

1. Дайте определение изменчивости. Виды изменчивости.
2. Фенотипическая (модификационная) изменчивость.

3. Генотипическая изменчивость. Дайте определение мутационной изменчивости. Свойства мутаций, классификация мутаций по проявлению в гетерозиготе, по причинам возникновения и по месту возникновения.
4. Дайте характеристику генным, хромосомным и геномным мутациям.
5. Дайте определение комбинативной изменчивости. Основные механизмы комбинативной изменчивости.
6. Сформулируйте закон гомологических рядов в наследственной изменчивости.
7. Изменчивость организма под влиянием физических нагрузок.

Литература: основная: 1, 2, 4; дополнительная: 1, 3, 4, 5.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** законов генетики, их роли в эволюции; **умений** объяснять занимающимся биосоциальные особенности человека, его физиологию, значение здорового образа жизни для творческой деятельности; законы генетики в обеспечении двигательной деятельности человека; **опыта** владения методами теоретического и экспериментального исследования в биологии, способами экологического, санитарно-гигиенического обеспечения своей профессиональной деятельности, владения практическими навыками анализа наследственности и изменчивости, кариотипов, построения и анализа родословных, решения ситуационных задач; использования основных законов биологии в профессиональной деятельности; формирование универсальных компетенций (УК-1, УК-6) и профессиональных компетенций (ПК – 6).

5.2.3. Содержание практических занятий

Практическое занятие №1. «Определение биологического возраста» (1 час) – мозговой штурм.

Цель занятия закрепить и систематизировать знания по теме, дать представление об определении биологического возраста на практике.

Ход работы

Задание 1. Дать определение календарного возраста.

_____

_____

Задание 2. Дать определение биологического возраста.

_____

_____

Задание 3. Перечислить критерии определения биологического возраста.

_____
_____

Задание 4. Назвать критерии оценки биологического возраста у детей.

Заполнить таблицу 1.

Таблица 1

Название критерия	Что определяет

Задание 5. Определение биологического возраста по методу Горелкина А.Г, Пинхасова Б.Б.

1. Сначала по общепринятой методике определяют массу тела (МТ) в кг с точностью не менее 0,05 кг. Затем с помощью ростомера измеряется рост (Р) в метрах. Точность измерения до 0,005 м. При постановке к ростомеру обследуемый становится босыми ногами на площадку ростомера по стойке «смирно». Пятки, ягодицы и спина (в межлопаточной области) прикасаются к вертикальной стойке; подбородок слегка опущен, чтобы наружный угол глаза и козелки ушных раковин были на 8 одной горизонтали. При этом не обязательно, чтобы затылок прикасался к вертикальной стойке. Точность измерения не менее 0,5 см. Внесите данные в таблицу 1.

Окружность талии (ОТ) измеряется наложением сантиметровой ленты горизонтально на талию - на 3-4 см выше гребней подвздошных костей и несколько выше пупка. Во время измерений обследуемый спокойно стоит в основной стойке, он не должен втягивать или выпячивать живот. Точность измерения не менее 0,5 см.

Окружность бедер (ОБ) в см также измеряется наложением мягкой сантиметровой ленты параллельно полу, вокруг бедер, по наиболее выступающей части ягодичных мышц. Точность измерения не менее 0,5 см. Проведите соответствующие измерения и данные занесите в таблицу 1.

2.Определение календарного возраста (КВ)

Затем определяется календарный возраст человека в годах с точностью не менее 0,1 года.

Возраст =_____ лет.

3. Определение разницы лет (РЛ) РЛ(ж) и РЛ(м) - разница лет между календарным возрастом и возрастом онтогенетической (физиологической) нормы для женщин и мужчин.

РЛ =_____ лет.

Онтогенетическая норма - это возраст, к которому в процессе онтогенеза (индивидуального развития человека) завершается развитие и становление строения и функций всех систем человеческого организма. Общепризнано, что этот возраст – возраст оптимальной физической формы для мужчин = 21 год, для женщин = 18 лет.

4. Расчет коэффициента скорости старения (КСС)

На основании полученных данных вычисляется коэффициент скорости старения (КСС), по формулам:

Формула коэффициента скорости старения КСС для мужчин

$$КССм = \frac{ОТ \cdot МТ}{ОБ \cdot Р^2 \cdot (17{,}2 + 0{,}31 \cdot РЛм + 0{,}0012 \cdot РЛ^2м)}$$

Формула коэффициента скорости старения КСС(ж) для женщин

$$КССж = \frac{ОТ \cdot МТ}{ОБ \cdot Р^2 \cdot (14{,}7 + 0{,}26 \cdot РЛж + 0{,}0012 \cdot РЛ^2ж)}$$

где ОТ – окружность талии в см, МТ – масса тела в кг, ОБ – окружность бедер в см, Р – рост в м, РЛ(ж) и РЛ(м) - разница лет между календарным возрастом и возрастом онтогенетической (физиологической) нормы для женщин и мужчин.

Рассчитайте КСС по формуле, результаты внесите в таблицу 1. Оцените полученный результат.

5. Оценка результатов КСС

Если расчетный коэффициент скорости старения составляет:

- менее 0,95 - замедленное старение,
- от 0,95 до 1,05 включительно - скорость старения соответствует норме
- более 1,05 - ускоренное старение.

Пример1.
Мужчина

- календарный возраст (КВ) = 24,0 лет
- Разница лет (РЛ) = 24,0 - 21 = 3,0
- масса тела (МТ) = 77,5 кг
- рост (Р) = 1,860 м
- обхват талии (ОТ) = 84,5 см
- обхват бедер (ОБ) = 99,5 см

$$КСС = \frac{8{,}45 \cdot 77{,}5}{99{,}5 \cdot 1{,}86^2 \cdot (17{,}2 + 0{,}31 \cdot 3{,}0 + 0{,}0012 \cdot 3{,}0^2)} = 1{,}05$$

Коэффициент скорости старения данного мужчины КСС = 1,05.

Значит, его биологический возраст БВ = 1,05 х 3,0 + 21 = 24,2 лет.

Вывод: скорость старения в пределах нормы, биологический возраст соответствует календарному.

Пример 2.
Женщина

- календарный возраст (КВ) = 45,7 лет
- Разница лет (РЛ) = 45,7 - 18 = 27,7
- масса тела (МТ) = 62 кг
- рост (Р) = 1,690 м
- обхват талии (ОТ) = 74 см
- обхват бедер (ОБ) = 96 см

Коэффициент скорости старения КСС = 0,75.

Биологический возраст БВ = 38,8 лет.

Вывод: скорость старения замедленная, биологический возраст меньше календарного на 6,9 лет.

Оценку результатов КСС можно также провести критериям оценки, разработанным Синдеевой Л.В., Николаевым В.Г с соавт. (2016) - таблица 2.

Таблица 2 – Оценка варианта старения по уровню коэффициента скорости старения (по Синдеевой Л.В., Николаевым В.Г с соавт. (2016))

пол	Уровень КСС						
	Очень низкий	Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего	Высокий	Очень высокий
Ж	<0,559	0,560 - 0,849	0,850 – 0,979	0,980 – 1,199	1,200 – 1,579	1,580 – 1,859	1,860<
М	<0,490	0,491 – 0,819	0,820 – 0,959	0,960 – 1,209	1,210 – 1,639	1,640 – 1,919	1,920<
степень	3 степень	3 степень	1 степень	норма	1 степень	2 степень	3 степень
Вариант старения	Замедленное старение				Ускоренное старение		

6. Определение биологического возраста (БВ)

На основании вычисленного коэффициента скорости старения производится вычисление биологического возраста по формулам:

Формула биологического возраста (БВ) для мужчин

$$БВм = (КССм \cdot (КВ – 21)) + 21$$

Формула биологического возраста (БВ) для женщин

$$БВж = (КССж \cdot (КВ – 18)) + 18$$

Рассчитайте биологический возраст.

Внесите данные в таблицу 1. Сделайте выводы относительно скорости старения и биологического возраста. Определение быстроты старения и «настоящего» физиологического возраста нашего организма позволяет эффективно оценить состояние здоровья и выявить возможные проблемы еще на начальных стадиях. Старение человека определяется генетическими факторами и уровнем здоровья организма, но во многом оно зависит и от воздействия окружающей среды, и от образа жизни. Если вы видите, что у вас возникли определенные проблемы и ваши «биологические часы» тикают быстрее, чем хотелось бы, необходимо в первую очередь корректировать

образ жизни. Регулярная физическая активность (умеренная, чрезмерные нагрузки вредят не меньше, а порой больше, пассивного существования), правильное питание и отказ от вредных привычек способны заметно продлить молодость организма и улучшить качество жизни.

Таблица 1 – Показатели биологического возраста

Показатель	Значение
Пол	
Календарный возраст (КВ), лет	
Масса тела (МТ), кг	
Рост (Р), м	
Окружность талии (ОТ), см	
Обхват бедер (ОБ), см	
Биологический возраст (БВ)	
Разница лет (РЛ)	
Коэффициент скорости старения (КСС)	

Вывод:_____
_____

Задание 6. «Опросник для определения уровня физической активности»

Данный опросник может использоваться в исследованиях для определения факторов, влияющих на процессы старения и связанных с физической активностью. Также он может приняться для оценки физической активности индивидуума в динамике. Вспомните свою физическую нагрузку за последнюю неделю и ответьте на вопросы анкеты в таблице 3. При этом под интенсивной физической нагрузкой понимается та, которая длится более 10 мин и приводит к повышению пульса более чем на 20% (плавание, бег, шейпинг и т.д.).

Таблица 3 Анкета для оценки физической активности

Вопрос	Ответ	Баллы
1. Сколько раз в неделю Вы занимались интенсивной физической нагрузкой?	___дней	= число дней
2. Сколько обычно длится Ваша интенсивная физическая нагрузка?	до 10 мин 10-20 мин 20-40 мин 40-60 мин 1 ч и более	0 1 3 5 7
3. Сколько раз в неделю Вы занимаетесь неинтенсивной физической нагрузкой?	___дней	= число дней

4. Какова обычная продолжительность Вашей неинтенсивной физической нагрузки в течение дня?	до 20 мин 20-40 мин 40-60 мин 60-90 мин 1,5 ч и более	0 1 3 5 7
5. Сколько дней в неделю Вы ходите пешком?	___дней	= число дней
6. Какова обычная продолжительность Ваших пеших прогулок в течение дня?	до 20 мин 20-40 мин 40-60 мин 60-90 мин 1,5 ч и более	0 1 3 5 7
7. Сколько обычно часов Вы проводите в сидячем положении	8 ч и более 7-8 ч 6-7 ч 5-6 ч 4-5 ч 3-4 ч 3-1 ч менее 1 ч	0 1 2 3 4 5 6 7

Оценка результатов:
Определите сумму баллов. Для оценки уровня физической активности индивидуума в данный момент времени можно воспользоваться следующими граничными условиями для суммы баллов за опросник. О гиподинамии свидетельствует сумма:

• для лиц молодого возраста, подростков - менее 21 баллов;
• для лиц среднего возраста - менее 14 баллов;
• для лиц пожилого возраста - менее 7 баллов.

Вывод:_____
_____

Литература: основная: 1, 2, 3, 5; дополнительная: 1, 2.

Практическое занятие №2. Моно-, ди- и полигибридное скрещивание (1 час) – технология case-study.

Цель занятия: закрепление и систематизация знаний по теме путем решения задач. Совершенствование навыков анализа, обобщения. Вовлечение обучающихся в активную деятельность.

Ход работы

Задачи на моногибридное скрещивание

Задача 1. У крупного рогатого скота ген, обуславливающий черную окраску шерсти, доминирует над геном, определяющим красную окраску. Какое потомство можно ожидать от скрещивания черного быка и красной коровы?

Задача 2. Какое потомство следует ожидать от коровы и быка, гетерозиготных по окраске шерсти?

Задача 3. У морских свинок волнистая шерсть доминирует над гладкой.

1. Скрещивание двух волнистых свинок между собой дало 39 особей с волнистой шерстью и 11 гладкошерстных. Сколько среди особей, имеющих доминантный фенотип, должно оказаться гомозиготных по этому признаку?

2. Морская свинка с волнистой шерстью при скрещивании с особью, обладающей гладкой шерстью, дала в потомстве 28 волнистых и 26 гладкошерстных потомков. Определите генотипы родителей и потомков.

Задача 4. У человека ген карих глаз доминирует над геном, обусловливающим голубые глаза. Голубоглазый мужчина, один из родителей которого имел карие глаза, женился на кареглазой женщине, у которой отец имел карие глаза, а мать – голубые. Какое потомство можно ожидать от этого брака?

Задача 5. Детская форма амавротической семейной идиотии Тей-Сакса наследуется как рецессивный признак и заканчивается обычно смертельным исходом к 4 – 5 годам. Первый ребенок умер от этой болезни в то время, когда должен родиться второй. Каков риск рождения больного второго ребенка?

Задача 6. Женщина с синдактилией (сращение пальцев) вышла замуж за нормального мужчину. У них родились нормальные сын и дочь и сын с синдактилией. Все родственники мужчины были с нормальными пальцами. Определите генотипы женщины и мужчины.

Задача 7. У супругов, страдающих гемералопией («куриная слепота»), родился нормальный ребенок. Определите характер наследования гемералопии и генотип родителей.

Задача 8. В медицине различают четыре группы крови. Это наследственный признак, имеющий не две, как обычно, а три аллели, обозначенные символами А, В, 0. А и В доминируют над 0, но не подавляют друг друга. Лица с генотипом 00 имеют I группу крови, АА и А0 – II группу, ВВ и В0 – III группу, АВ – IV. Определите, какие группы крови возможны у детей в следующих случаях: а) у матери II группа крови, а у отца – I; б) у матери I группа крови, а у отца – IV; в) у матери I группа крови, а у отца – III; г) у матери II группа крови, а у отца – III.

Задачи на ди- и полигибридное скрещивание

Задача 1. Выпишите гаметы организмов со следующими генотипами: ААВВ, аавв, АаВВ, АаВв, ААВВСС, АаВвСС, АаВвСс.

Разберем один из примеров. При решении подобных задач необходимо руководствоваться законом чистоты гамет: гамета генетически чиста, т.к. в нее попадает только один ген из каждой аллельной пары. Возьмем, к примеру, особь с генотипом *АаВвСс*. Из первой пары генов – пары *А*- в каждую половую клетку попадает в процессе мейоза либо ген *А*, либо ген *а.* В ту же гамету из пары генов *В* поступает ген *В* или в, а из пары генов *С* –

ген *С* или *с*.Т.о., гамета может содержать или все доминантные гены – *АВС*, или все рецессивные – *авс*, а также их сочетания: *АВс, АвС, Авс, аВС, авС.* Чтобы не ошибиться в количестве сортов гамет, образуемых организмом с исследуемым генотипом, можно воспользоваться формулой $N=2^n$, где N – число типов гамет, an – количество гетерозиготных пар генов. Например, гетерозигота *Аа* имеет одну гетерозиготную пару; следовательно, $N=2^1=2$. Она образует два сорта гамет. Тригетерозигота *АаВвСс* в соответствии с этим должна образовывать 8 сортов гамет ($N=2^3=8$), они уже указаны выше.

Следующие задачи следует решить самостоятельно, подробно описав ход решения и сформулировав полный ответ.

Задача 2. У крупного рогатого скота ген комолости доминирует над геном рогатости, а ген черного цвета шерсти – над геном красной окраски.

1. Какими окажутся телята, если скрестить гетерозиготных по обеим парам признаков быка и корову?

2. Какое потомство следует ожидать от скрещивания черного комолого быка, гетерозиготного по обеим парам признаков с красной рогатой коровой?

Задача 3. У человека ген карих глаз доминирует над геном, определяющим голубую окраску глаз, а ген, обусловливающий праворукость, - над геном леворукости. Какие могут быть дети, если родители их гетерозиготны по каждой паре признаков?

Задача 4. Черная окраска шерсти и висячее ухо у собак доминирует над коричневой окраской и стоячим ухом. Скрещивались чистопородные черные собаки с висячими ушами с собаками, имеющими коричневую окраску шерсти и стоячие уши. Гибриды скрещивались между собой. 1) Какая часть щенков F_2 фенотипически должна быть похожа на гибрид F_1? 2) Какая часть гибридов F_2 должна быть полностью гомозиготна? 3) Какая часть щенков F_2 должна быть с генотипом, подобным генотипу гибридов F_1?

Задача 5. Черная окраска у кошек доминирует над палевой, а короткая шерсть – над длинной. Скрещивались чистопородные персидские кошки (черные длинношерстные) с сиамскими (палевые короткошерстные). Полученные гибриды скрещивались между собой. 1) Какова вероятность (в %) получения в F_2 чистопородного сиамского котенка? 2) Какова вероятность (в %) получения в F_2 котенка, фенотипически похожего на персидского? 3) Какова вероятность (в %) получения в F_2 длинношерстного палевого котенка?

Задача 6. У людей близорукость, кареглазие и праворукость доминируют над нормальным зрением, серыми глазами и леворукостью.

1. Выписать варианты генотипов родителей в семьях, где все потомки будут тригетерозиготными;

2. Каковы варианты генотипов и фенотипов детей в семье, где праворукая гомозиготная мать гетерозиготна по зрению и окраске глаз, а отец – левша, сероглазый, с нормальным зрением?

Литература: основная: 1, 2, 4, 5; дополнительная: 1, 3, 4, 5.

Практическое занятие №3. Наследственная и фенотипическая изменчивость живых организмов (1 час) – технология case-study.

Цель занятия: закрепление умений и навыков построения вариационного ряда и вариационной кривой. Совершенствование умений работы с источниками знаний. Совершенствование навыков анализа, обобщения. Развитие познавательного интереса к окружающей жизни.

Ход работы

Задание 1. Приведите определение понятия «изменчивость».

_____

_____

Задание 2. Укажите два источника (механизма) наследственной изменчивости.

1) _____
2) _____

Задание 3. Приведите определение понятия «мутационная изменчивость».

_____

_____

Задание 4. Укажите, как классифицируются мутации:
по уровню возникновения: _____
по месту возникновения: _____
по характеру проявления: _____

Задание 5. Характеристика мутаций по уровню возникновения.
Заполните таблицу.

Мутации	Какие изменения происходят	К каким последствиям могут привести
Генные (точечные)		
Хромосомные		
Геномные		

Задание 4. Объясните, что такое полиплоидия, каковы ее фенотипические последствия

_____

_____

Задание 5. Приведите определение понятия «комбинативная изменчивость».

_____

_____

Задание 6. Назовите основные механизмы комбинативной изменчивости:
а) _____
б) _____

в) _____

Задание 7. Дайте определение фенотипической изменчивости

_____

_____

Задание 8. Перечислите основные свойства фенотипической изменчивости

а) _____

б) _____

в) _____

г) _____

Задание 9. Дайте определение нормы реакции и раскройте ее связь с наследственностью

_____

_____

Задание 10. Установите соответствие:

А. Признаки с узкой нормой реакции:

Б. Признаки с широкой нормой реакции:

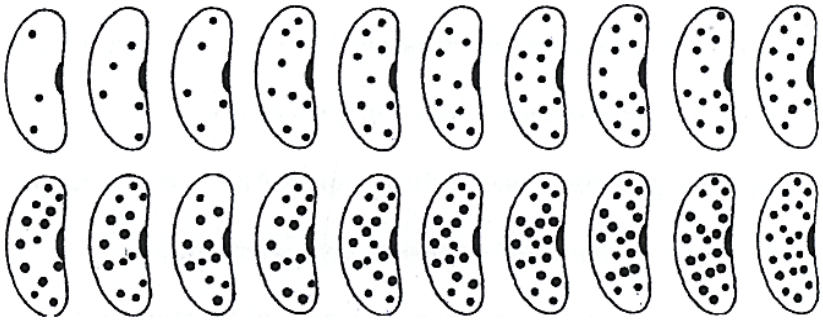
1. Высота растений
2. Форма и размеры цветка у насекомоопыляемых растений
3. Содержание хлорофилла в зеленых клетках листьев
4. Размеры листьев
5. 5.Вес животных
6. Форма ушей у зайца
7. Длина шеи у жирафа
8. Рост человека
9. Структура мозга у человека
10. Содержание пигмента в коже человека
11. Размеры сердца
12. Количество жира в теле человека

Задание 11. Укажите практическое значение знания нормы реакции в сельском хозяйстве и медицине.

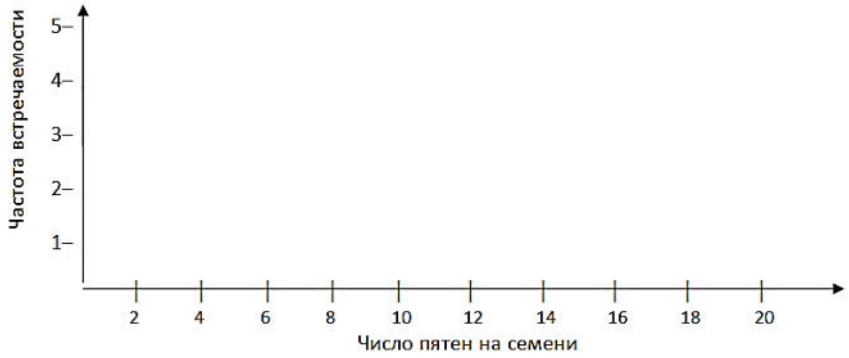
_____

_____

Задание 12. Рассмотрите рисунок. Постройте вариационный ряд распределения числа пятен на семенах фасоли, определите M_o и M.



Составьте вариационную кривую распределения числа пятен на семенах фасоли.



Сделайте вывод о норме реакции данного признака.

Задание 7. В двух параллельных восьмых классах измерили рост 85 учащихся. Результаты следующие (см. таблицу):

Группы (в см разницей в 5 см) (v)	Число вариант (P) (учащихся)
140-144	1
145-149	6
150-154	15
155-159	23
160-164	21
165-169	8
170-174	5
175-179	3
180-184	2
185-189	1

а) Постройте вариационную кривую роста учащихся;
б) Определите моду (M_o) и среднюю величину (M);
в) Сделайте вывод о норме реакции данного признака.
г) Объясните, какое практическое значение имеет изучение изменчивости роста людей.

Задание 8. Заполните таблицу.

Вопросы:	Модификации	Мутации
I. Сходство		
II. Различие: 1. Затрагивается ли генотип?		
2. Наличие вариационного ряда?		
3. Наследуемость.		
4. Какова роль в эволюции органического мира?		

Литература: основная: 1, 2, 4, 5; дополнительная: 1, 3, 4, 5.

6. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

При изучении раздела студент самостоятельно готовится по следующим темам:

№	Содержание самостоятельной работы	Кол-во часов	Формы и виды контроля
1	2	3	4
Семестр 1			
Раздел I. Общие принципы организации и функционирования живых систем			
1	**Тема №1. Основы биологи. Свойства живых организмов. Уровни организации живой материи** Контрольные вопросы: 1. Какие уровни организации живой материи вы знаете? 2. Раскройте взаимосвязь различных уровней организации живой материи. 3. Какие химические элементы наиболее широко распространены в неживой природе? 4. Из каких химических элементов состоят живые организмы? 5. Чем отличаются обменные процессы в неживой природе и у живых организмов? 6. Что такое самовоспроизведение (репродукция) живых организмов? Что лежит в его основе? 7. Дайте определение наследственности и изменчивости. 8. Что такое развитие? Какие формы развития вы знаете? 9. В чем сущность онтогенеза и филогенеза? 10. Что такое раздражимость? Назовите формы раздражимости. 11. Приведите примеры дискретности как принципа организации живых систем. 12. Приведите примеры саморегуляции физиологических процессов живых систем. 13. В чем значение ритмичности процессов жизнедеятельности? 14. Почему живые организмы являются открытыми системами?	8	Написание конспекта
2	**Тема №2. Строение эукариотических клеток** Контрольные вопросы: 1. Основные положения клеточной теории. 2. Физико-химические свойства и функции цитоплазмы. Цитоскелет. 3. Цитоплазматическая мембрана: особенности строения и функции. Клеточные оболочки. 4. Строение и функции эндоплазматической сети. 5. Структурно-функциональная характеристика митохондрий. 6. Комплекс Гольджи, рибосомы, лизосомы, клеточный центр – особенности строения, функции. 7. Пластиды, как органоиды растительных клеток (хлоропласты, хромопласты, лейкопласты).	10	Написание конспекта

№	Содержание самостоятельной работы	Кол-во часов	Формы и виды контроля
1	2	3	4
	8. Органоиды специального значения. Включения. 9. Строение и функции ядра: ядерная оболочка, кариоплазма, ядрышки. 10. Строение хромосом. Хромосомный набор.		
3	**Тема 3. Живые системы и их свойства** Контрольные вопросы: 1. Дайте определение такого свойства организмов как размножение. 2. Какие способы размножения организмов вы знаете? 3. В чем сущность бесполого размножения? 4. Какие формы бесполого размножения вам известны? 5. Чем половое размножение отличается от бесполого? 6. В чем состоят эволюционные преимущества полового размножения? 7. Что называют индивидуальным развитием организма? 8. На какие периоды делится онтогенез? 9. Охарактеризуйте каждый период онтогенеза.	10	Написание конспекта
4	**Тема № 4. Основы биологического роста, развития и старения живых организмов** Контрольные вопросы: 1. Дать определение понятия «биологическая ауксология». 2. Что такое рост? 3. Каковы механизмы роста? 4. Какие типы роста клеток выделяют? 5. Что собой представляет ауксентичный рост? 6. Что такое пролиферационный рост? 7. Что собой представляет мультипликативный рост? 8. Что собой представляет аккреционный рост? 9. Каково влияние эндогенных факторов среды на рост? 10. Каково влияние экзогенных факторов среды на рост? 11. Дайте определение биологического развития. 12. Каково влияние экзо- и эндогенных факторов среды на развитие? 13. Дайте определение календарного возраста. 14. Дайте определение биологического возраста. 15. Каковы критерии оценки биологического возраста? 16. Каковы ведущие критерии оценки биологического возраста у детей? 17. Назовите законы биологической ауксологии. 18. Каково значение законов биологической ауксологии в практике физической культуры и спорта? 19. Основные понятия. 20. Витаукт. Механизмы витаукта. 21. Возрастная периодизация. 22. Продолжительность жизни человека. 23. Типы старения. 24. Общие закономерности старения. 25. Молекулярные и клеточные механизмы старения. 26. Теории и гипотезы старения.	10	Написание конспекта, практическая работа

№	Содержание самостоятельной работы	Кол-во часов	Формы и виды контроля
1	2	3	4
	27. Смерть как завершающий этап онтогенеза.		
5	**Тема №5. Гомеостатические и регенерационные процессы в организме** Контрольные вопросы: 1. Понятие гомеостаза. 2. Виды гомеостаза. 3. Роль нервной и эндокринной систем в обеспечении гомеостаза. 4. Стресс-реакция. 5. Кибернетические основы гомеостаза. 6. Гомеостатические механизмы в процессе онтогенеза. 7. Биологические ритмы как появление гомеостаза. 8. Понятие регенерации. 9. Виды регенерации. 10. Способы репаративной регенерации. 11. Регуляция регенерации. 12. Особенности регенерации у высших хордовых. 13. Трансплантация органов и тканей.	5	Написание конспекта
	Раздел I	**48**	
	Семестр 2		
	Раздел II. Основы генетики и экологии		
6	**Тема №6. Генетические основы наследования признаков** Контрольные вопросы: 1. Что изучает генетика? 2. Кто был первооткрывателем закономерностей наследования признаков? 3. Перечислите свойства генов. 4. Какова функционально-генетическая классификация генов? 5. Сформулируйте 1,2,3-й законы Менделя. 6. Что такое анализирующее скрещивание? 7. Назовите основные положения хромосомной теории Т. Моргана. 8. Каковы экспериментальные доказательства хромосомной теории?	7	Написание конспекта, практическая работа
7	**Тема №7. Особенности взаимодействия генов. Типы и варианты наследования признаков** Контрольные вопросы: 1. Охарактеризуйте формы взаимодействия аллельных генов. 2. Охарактеризуйте формы взаимодействия неаллельных генов. 3. Каковы генетические механизмы определения пола? 4. Какие признаки называются сцепленными с полом? 5. Что значит сцепленное с полом наследование? 6. Назовите типы и варианты наследования признаков.	19	Написание конспекта
8	**Тема №8. Изменчивость живых организмов** Контрольные вопросы: 1. Дайте определение изменчивости.	7	Написание конспекта, практическая

№	Содержание самостоятельной работы	Кол-во часов	Формы и виды контроля
1	2	3	4
	2. Дайте определение модификационной изменчивости. 3. Показателем чего является вариационный ряд? 4. Что такое мода? 5. Что такое средняя величина признака и как она вычисляется? 6. Что такое генотипическая изменчивость? 7. Дайте определение мутационной изменчивости. 8. Что такое мутации? 9. Каковы основные свойства мутаций? 10. Какова классификация мутаций? 11. Дайте характеристику генным, хромосомным и геномным мутациям. 12. Что такое мутагенные факторы? 13. Какие группы мутагенов выделяют? 14. Каковы общие свойства мутагенов? 15. Дайте определение комбинативной изменчивости. 16. Назовите основные механизмы комбинативной изменчивости. 17. Сформулируйте закон гомологических рядов в наследственной изменчивости.		работа
9	**Тема №9. Основы генетики человека и проблемы генетической безопасности** Контрольные вопросы: 1. Что изучает генетика человека? 2. Каковы особенности генетики человека? 3. Чем объясняется специфика генетических исследований человека? 4. По каким направлениям изучается генетика человека? 5. Дайте характеристику основным методам генетики человека. 1. Что собой представляет медико-генетическое консультирование как метод профилактики наследственных заболеваний? 2. Назовите наследственные болезни человека, их причины и профилактику. 3. Какой вред наносят мутагены, алкоголь, наркотики и курение генетическому аппарату клетки? 4. Расскажите об евгенических программах.	10	Написание конспекта
19	**Тема №10. Экология и биосфера** Контрольные вопросы: 1. Что изучает наука экология? 2. Раскройте основные задачи экологии. 3. Какие методы использует экология для исследований? 4. Назовите направления экологических исследований. 5. Дайте характеристику различных сред обитания. 6. Что такое экологические факторы среды? 7. Какие экологические факторы вам известны? 8. Каковы общие закономерности действия факторов среды на организмы?	12	Написание конспекта

№	Содержание самостоятельной работы	Кол-во часов	Формы и виды контроля
1	2	3	4
	9. Дайте определение понятия «экологическая ниша». 10. Какие экологические ниши различают? 11. Что такое биоценоз? 12. Что такое биогеоценоз? 13. Какие компоненты включает биогеоценоз? 14. Какие показатели характеризуют биогеоценоз? 15. Дайте определение понятия «экосистема». 16. Какие типы экосистем выделяют? 17. Какова структура экосистемы? 18. Что такое цепи питания? 19. Дайте определение понятия «биосфера». 20. Охарактеризуйте структуру биосферы? 21. Каковы границы биосферы? 22. Дайте характеристику минеральных оболочек Земли. 23. Дайте характеристику живого вещества биосферы. 24. Дайте характеристику ноосфере. 25. От чего зависит стабильность биосферы? 26. Каковы основные этапы эволюции биосферы? 27. Какая связь между космическими ритмами и биосферой? 28. Сформулируйте правило экологической пирамиды. 29. Дайте определение понятия «природные ресурсы». 30. Что такое природные условия? 31. Какова классификация природных ресурсов по их исчерпаемости? 32. Как связана проблема загрязнения среды с использованием ресурсов? 33. Расскажите о прямом воздействии человека на живую природу. 34. Какова биология охраны природы? 35. Дайте характеристику природоохранных мероприятий. 36. Что собой представляют заповедные территории? 37. Что изучает экология человека? 38. Что является предметом изучения экологии человека? 39. Каковы особенности экологии человека? 40. Что представляют собой антропоэкологические системы? 41. Дайте характеристику среды обитания людей. 42. Каковы адаптации человека к среде обитания? 43. Охарактеризуйте конституционные адаптивные типы людей. 44. Дайте характеристику экологическим адаптивным типам людей. 45. Дайте характеристику городу как антропогенной экологической системе. 46. Дайте характеристику городу как среде обитания людей.		
	Раздел II	**46**	
	ИТОГО:	**94**	

7. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	**Педагог 01.001** A/02.6 Воспитательная деятельность A/03.6 Развивающая деятельность B/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования **Тренер 05.003** A/02.5 Формирование у обучающихся представлений о теоретических основах физической культуры и интереса к занятиям спортом **Инструктор-методист 05.005** C/02.5 Проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации **Тренер-преподаватель 05.012** A/02.6 Проведение мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией A/06.6 Формирование осознанного отношения к физкультурной и спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения	**Знает: (пороговый уровень)** - существо заложенных в содержании используемых в начальной школе учебных задач обобщенных способов деятельности и системы знаний о природе, обществе, человеке, технологиях **Умеет: (продвинутый уровень)** - определять уровень подготовки, мотивации, наличие (отсутствие) медицинских противопоказаний у лиц, поступающих в секции и группы спортивной и оздоровительной направленности **Имеет опыт: (высокий уровень)** - развития у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни; - проведения с обучающимися лекций и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, гигиены, первой доврачебной помощи.
УК-6. Способен управлять своим временем,	**Педагог 01.001** A/02.6 Воспитательная деятельность A/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение **Инструктор-методист 05.005**	**Знает: (пороговый уровень)** - основные направления досуговой деятельности, особенности организации и проведения досуговых

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	A/01.4 Планирование, организация и проведение занятий по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утвержденным программам A/03.4 Вовлечение населения различных возрастных групп в занятия физической культурой и спортом A/04.4 Консультирование по вопросам улучшения физической подготовленности населения различных возрастных групп B/04.5 Методическая и консультационная помощь работникам образовательной организации, родителям (законным представителям) несовершеннолетних обучающихся B/03.5 Планирование, организация и проведение образовательной работы по физической культуре с обучающимися, занимающимися B/01.5 Организация активного отдыха обучающихся, занимающихся C/05.5 Организационно-методическое руководство деятельностью волонтеров в области физической культуры и спорта C/02.5 Проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации **Тренер-преподаватель 05.012** A/06.6 Формирование осознанного отношения к физкультурной и спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения	мероприятий; - основы организации здорового образа жизни - теоретические основы физкультурно-оздоровительной работы **Умеет: (продвинутый уровень)** - организовывать различные виды внеурочной деятельности: игровую, учебно-исследовательскую, художественно-продуктивную, культурно-досуговую с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона; - определять уровень подготовки, мотивации, наличие (отсутствие) медицинских противопоказаний у лиц, поступающих в секции и группы спортивной и оздоровительной направленности **Имеет опыт: (высокий уровень)** - контроль двигательной деятельности обучающихся, занимающихся. Регулирование физической нагрузки обучающихся, занимающихся; - определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся, занимающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации
ПК-6. Способен использовать общеукрепляющие и оздоровительн	**Педагог 01.001** B/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования A/02.6 Воспитательная деятельность; A/03.6 Развивающая деятельность	**Знает: (пороговый уровень)** - существо заложенных в содержании используемых в начальной школе учебных задач обобщенных способов деятельности и системы

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
ые мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание	**Тренер 05.003** A/02.5 Формирование у обучающихся представлений о теоретических основах физической культуры и интереса к занятиям спортом **Инструктор-методист 05.005** A/03.4 Вовлечение населения различных возрастных групп в занятия физической культурой и спортом A/04.4 Консультирование по вопросам улучшения физической подготовленности населения различных возрастных групп B/04.5 Методическая и консультационная помощь работникам образовательной организации, родителям (законным представителям) несовершеннолетних обучающихся C/05.5 Организационно-методическое руководство деятельностью волонтеров в области физической культуры и спорта B/05.5 Проведение физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися, занимающимися во время занятий физической культурой в спортивном сооружении и на его территории **Тренер-преподаватель 05.012** A/06.6 Формирование осознанного отношения к физкультурной и спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения	знаний о природе, обществе, человеке, технологиях; - основы организации здорового образа жизни **Умеет: (продвинутый уровень)** - изучать и систематизировать информацию по вопросам здорового образа жизни и улучшения физической подготовленности населения **Имеет опыт: (высокий уровень)** - развития у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни; - проведения с обучающимися лекций и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, гигиены, первой доврачебной помощи; - обучения занимающихся, обучающихся младшего возраста соблюдению требований гигиены.

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущая аттестация проводится в виде:

а) устного опроса;

б) тестирования;

в) написания и защиты контрольной работы;

г) написания рефератов;
д) контроля самостоятельной работы студентов (в устной форме).

Примерная тематика рефератов

1. Исторический путь развития биологии как науки.
2. Основные направления развития современной биологии.
3. Понятие о генной инженерии, ее задачах, возможностях, успехах и проблемах.
4. Селекция живых организмов как направляемая человеком эволюция.
5. Развитие организма человека (зародышевое развитие, раннее детство, дошкольный и школьный возраст)
6. Основные причины и условия возникновения негативного социального поведения человека (наркомании, алкоголизма, табакокурения, компьютерной, экранной, игровой зависимостей) и способы воспитания отрицательного отношения к этим явлениям.
7. Методы генетических исследований человека и возможности их использования в практике физической культуры и спорта.
8. Медицинская генетика. Медико-генетическое консультирование.
9. Генетические критерии спортивного отбора.
10. Окружающая среда и адаптации человека к нормальным физиологическим и экстремальным условиям. Адаптивные типы людей.
11. Влияние климатогеографических и социально-экономических факто-ров на физическую подготовленность человека.
12. Хронобиология и спорт.
13. Отделы низших растений: особенности строения, размножения, классификация.
14. Споровые растения: строение, размножение, классификация.
15. Отделы семенных растений: строение, размножение, классификация.
16. Классификация беспозвоночных. Значение беспозвоночных животных в жизни человека.
17. Многообразие позвоночных животных: основные классы, особенности строения, размножения, значение в жизни человека.

Варианты контрольных работ

Вариант 1

1. Предмет, задачи и методы биологии. Значение биологических знаний в теории и практике физкультуры и спорта.
2. Характеристика процесса роста. Влияние экзо- и эндогенных факторов на рост.
3. Гомеостаз и его виды.
4. Старость, старение, витаукт. Механизмы витаукта.
5. Хромосомная теория наследственности.
6. Доказательства эволюции органического мира.

7. Размножение организмов в природе.
8. Общая характеристика царства «Животные».

Вариант 2

1. Классификация организмов по способу питания. Хемосинтез.
2. Характеристика процесса развития. Влияние экзо- и эндогенных факторов на развитие. Сенситивные и критические периоды.
3. Роль нервной и эндокринной систем в обеспечении гомеостаза. Стресс-реакция.
4. Возрастная периодизация. Продолжительность жизни. Общие закономерности старения.
5. Закон гомологических рядов наследственной изменчивости Н.И. Вавилова.
6. Пути и направления эволюции органического мира.
7. Гаметогенез: овогенез, сперматогенез.
8. Общая характеристика царства Растения.

Вариант 3

1. Законы биологической ауксологии. Использование законов биологической ауксологии в практике спорта.
2. Кибернетические основы гомеостаза.
3. Теории и гипотезы старения.
4. Взаимодействие генов.
5. Понятие биологической эволюции. Основные положения эволюционного учения Ч. Дарвина.
6. Основные свойства и закономерности живых организмов.
7. Общая характеристика царства Грибы.
8. Митоз: биологический смысл, фазы, биологическое значение.

Вариант 4

1. Основные направления развития современной биологии.
2. Понятие биологического возраста. Ведущие критерии оценки биологического возраста у детей.
3. Гомеостаз в онтогенезе.
4. Молекулярные и клеточные проявления старения. Возрастные изменения нейрогуморальной регуляции.
5. Генетика пола. Наследование, сцепленное с полом.
6. Общие закономерности развития органического мира.
7. Вид: понятие, критерии, структура.
8. Мейоз: биологический смысл, фазы, особенности. Биологическое значение мейоза.

Вариант 5

1. Классификация организмов по способу питания. Фотосинтез.

2. Характеристика процесса развития. Влияние экзо- и эндогенных факторов на развитие. Сенситивные и критические периоды.
3. Биологические ритмы как проявление гомеостаза.
4. Особенности старения систем органов.
5. Понятие о гене. Аллельное состояние генов гомо-, геторозиготность, доминантность, рецессивность генов, генотип, фенотип, их взаимосвязь.
6. Генетика человека. Особенности и направления генетики человека.
7. Предпосылки и движущие силы эволюции по Ч. Дарвину.
8. Онтогенез. Этапы онтогенеза: эмбриональный, постэмбриональный. Понятие филогенеза.

Вариант 6

1. Биотехнологии: основные направления и достижения.
2. Стресс-реакция. Основные регуляторные системы, обеспечивающие гомеостаз.
3. Строение эукариотической клетки.
4. Регенерация, ее виды и способы. Значение регенерации для живых организмов.
5. Смерть как завершающий этап онтогенеза.
6. Методы генетики человека.
7. Естественный отбор, его формы. Творческая роль естественного отбора.
8. Митоз: биологический смысл, фазы, биологическое значение.

Вариант 7

1. Предмет, задачи и методы биологии. Практическое значение биологии.
2. Понятие биологического возраста. Ведущие критерии оценки биологического возраста у детей.
3. Особенности регенерации у высших хордовых и человека.
4. Молекулярные и клеточные проявления старения. Возрастные изменения нейрогуморальной регуляции.
5. Фенотипическая или модификационная изменчивость. Норма реакции. Статистические закономерности модификационной изменчивости.
6. Искусственный отбор, его формы. Творческая роль искусственного отбора.
7. Клеточные и неклеточные формы жизни. Понятия: прокариоты, эукариоты.
8. Понятие о гене. Аллельное состояние генов гомо-, геторозиготность, доминантность, рецессивность генов, генотип, фенотип, их взаимосвязь.

Вариант 8

1. Предмет, задачи и методы биологии. Значение биологии для медицины, сельского хозяйства и других отраслей народного хозяйства.
2. Характеристика процесса развития. Влияние экзо- и эндогенных факторов на развитие.

3. Регенерация: виды, способы. Значение для живых организмов.
4. Особенности старения систем органов человека.
5. Мутационная изменчивость. Мутации: основные положения мутационной теории. Мутационные факторы.
6. Борьба за существование, ее виды.
7. Гаметогенез: овогенез, сперматогенез. Оплодотворение. Партеногенез.
8. Общая характеристика царства Грибы.

Вариант 9

1. Клеточные и неклеточные формы жизни. Понятия: прокариоты, эукариоты.
2. Структурно-функциональная организация ядра клетки. Хромосомы, их строение, хромосомные наборы.
3. Характеристика процесса роста. Влияние экзо- и эндогенных факторов на рост.
4. Понятие гомеостаза, его виды.
5. Старость, старение, витаукт. Механизмы витаукта.
6. Комбинативная изменчивость.
7. Проблема целесообразности в природе и ее относительный характер.
8. Эволюция и генетика: понятие популяционной генетики, генофонд популяции, закон Харди-Вайнберга, дрейф генов.

Вариант 10

1. Клеточная теория. Основные положения современной клеточной теории.
2. Способы питания и энергообеспечения живых организмов.
3. Онтогенез. Этапы онтогенеза: эмбриональный, постэмбриональный. Понятие филогенеза.
4. Старость, старение, витаукт. Механизмы витаукта.
5. Понятие о гене. Аллельное состояние генов гомо-, геторозиготность, доминантность, рецессивность генов, генотип, фенотип, их взаимосвязь.
6. Мутационная изменчивость. Мутации: основные положения мутационной теории. Мутационные факторы.
7. Роль нервной и эндокринной систем в обеспечении гомеостаза. Стресс-реакция.
8. Общая характеристика царств Вирусы, Дробянки.

7.2.2. Тестовые задания по дисциплине

Студентам предлагается выполнение заданий безмашинного программированного контроля, состоящих из 10 случайно выбранных заданий приведенного ниже перечня. Каждое тестовое задание состоит из вопроса или утверждения и нескольких вариантов правильный ответа, одни из которых более полны и точны, другие менее полны и содержат некоторые

неточности. Задача студентов состоит в том, чтобы выбрать из ряда ответов один более точный и более полный.

Контроль проводится фронтальным методом, на выполнение задания студентам отводится 10 минут (из расчета 1 задание – 1 минута).

1. Биология – наука, изучающая:
   а) живую и неживую природу;
   б) живую природу;
   в) сезонные изменения в живой природе;
   г) жизнь растений.

2. Строение растений изучает наука:
   а) экология;
   б) фенология;
   в) ботаника;
   г) биология.

3. Наука о животных – это:
   а) биология;
   б) экология;
   в) бриология;
   г) зоология.

4. Наука о птицах – это:
   а) экология;
   б) фенология;
   в) энтомология;
   г) орнитология.

5. Чтобы выяснить, как распределяются обязанности между самцом и самкой у определенного вида птиц при высиживании яиц и вскарм-ливании птенцов, используется следующий метод исследования:
   а) наблюдение;
   б) эксперимент;
   в) сравнение;
   г) исторический.

6. Для выявления влияния различных доз удобрений на определенные сорта культурных растений используется метод исследования:
   а) наблюдение;
   б) эксперимент;
   в) сравнение;
   г) исторический.

7. Среди перечисленных структурных уровней организации материи общими для живых и неживых объектов является:
   а) молекулярный;
   б) клеточный;
   в) атомный;

г) организменный.

8. Всеобщим свойством материи не является:
а) единство химического состава;
б) обмен веществ;
в) дискретность;
г) энергозависимость.

9. Способность живых организмов избирательно реагировать на внешние или внутренние воздействия:
а) изменчивость;
б) ритмичность;
в) саморегуляция;
г) раздражимость.

10. Ответная реакция организма на раздражение через посредство нервной системы – это:
а) таксис;
б) тропизм;
в) рефлекс;
г) метаболизм.

11. Необратимое направленное закономерное изменение объектов живой и неживой природы, что приводит к возникновению нового качественного состояния биологической системы – это:
а) репродукция;
б) наследственность;
в) развитие;
г) ритмичность.

12. Онтогенез – это процесс:
а) история происхождения вида;
б) деление клеток;
в) индивидуального развития организма от рождения до смерти;
г) индивидуальное развитие организма от зиготы до смерти.

13. Способность живых организмов поддерживать постоянство своего химического состава и интенсивность течения физиологических процессов в непрерывно меняющихся условиях окружающей среды – это:
а) ритмичность;
б) раздражимость;
в) авторегуляция;
г) метаболизм.

14. Способность живых организмов передавать признаки, свойства, особенности развития из поколения в поколения – это:
а) репродукция;
б) наследственность;
в) изменчивость;
г) метаболизм.

15. Способность живых организмов приобретать новые признаки и свойства в зависимости от условий окружающей среды – это:

а) наследственность;
б) репродукция;
в) авторегуляция;
г) изменчивость.

16. Метаболизм складывается из двух взаимосвязанных и противоположно направленных процессов:

а) жизни и смерти;
б) синтеза и распада;
в) возбуждения и торможения;
г) поглощения кислорода и выделения угле-кислого газа.

17. Какое утверждение является одним из положений клеточной теории:

а) одни и те же триплеты кодируют одни ите же аминокислоты;
б) свободноживущих неклеточных форм жизни (вирусов) не существует;
в) ДНК – носитель и хранитель генетической информации;
г) каждая клетка возникает из клетки путем деления исходной.

18. Клетка – структурная и функциональная единица живого, так как:

а) в состав клетки входит около 70 химических элементов;
б) все белки клеток построены из 20 аминокис-лот;
в) в клетках непрерывно идут процессы биоло-гического синтеза и распада;
г) все живые организмы, кроме вирусов, по-строены из клеток.

19. Клетки всех живых организмов сходны по строению и химическому составу, что свидетельствует о:

а) происхождении живого из неживой природы;
б) едином происхождении всего живого;
в) способности всех клеток к фотосинтезу;
г) сходных процессах обмена веществ.

20. Транспорт веществ в клетку и обратно осуществляется:

а) пластидами;
б) митохондриями;
в) клеточной мембраной;
г) лизосомами.

21. Размножение – это процесс:

а) увеличение числа клеток;
б) воспроизведение себе подобных;
в) развитие организма в процессе эволюции;
г) процесс слияния мужских и женских половых клеток.

22. Основными формами размножения являются:

а) половое;
б) бесполое;
в) вегетативное;

г) а + б.

23. При бесполом размножении образующиеся особи по сравнению с родительской:
а) различны по своим наследственным признакам;
б) сходны по своим наследственным признакам;
в) могут иметь незначительные наследственные различия;
г) все ответы не верны.

24. Отличительной чертой полового размножения является:
а) образование половых клеток раздельнополыми организмами;
б) образование мужских и женских половых клеток гермафродитными организмами;
в) развитие организма из неоплодотворенной яйцеклетки;
г) а + б + в.

25. В онтогенезе постэмбриональным периодом называется:
а) период от выхода из яйца или рождения до смерти;
б) период роста организма;
в) весь период развития организма;
г) период роста и дифференцировки.

26. Животные, развивающиеся с метаморфозом, имеют следующие этапы постэмбрионального развития:
а) рост, созревание, репродукция, старение;
б) личиночный, рост, созревание, репродукция, старение;
в) личиночный, рост, созревание, старение;
г) рост, созревание, репродукция, старение.

27. Эмбриональное развитие большинства многокле-точных животных включает:
а) дробление и органогенез;
б) дробление и гаструляцию;
в) дробление, гаструляцию и органогенез;
г) гаструляцию и органогенез.
д) клетки не расходятся.

28. В процессе эволюции у животных зародышевые листки развивались в последовательности:
а) эктодерма, мезодерма, энтодерма;
б) эктодерма, энтодерма, мезодерма;
в) мезодерма, эктодерма, энтодерма;
г) энтодерма, мезодерма, эктодерма.

29. Прогрессивное увеличение размеров и массы организма – это:
а) развитие;
б) рост;
в) метаболизм;
г) регенерация.

30. Рост организма происходит в результате:

а) увеличения числа клеток;
б) увеличения размеров клеток;
в) увеличения межклеточного вещества;
г) верны все ответы.

31. Рост, приуроченный к определенным стадиям онтогенеза, называется:
а) определенным;
б) ограниченным;
в) неопределенным;
г) а + б.

32. На рост организма оказывают влияние:
а) только экзогенные факторы;
б) только эндогенные факторы;
в) не оказывают влияния ни экзо-, ни эндогенные факторы среды;
г) а + б.

33. Достижение качественно нового уровня морфофункционального состояния организма при сочетании процессов роста и дифференцировки – это:
а) биологический возраст;
б) эмбриональное развитие;
в) биологическое развитие;
г) старение.

34. Периоды снижения генетического контроля и нарастания влияния факторов среды:
а) сенситивные;
б) критические;
в) синтетические;
г) постсинтетические.

35. Возраст, который определяется отрезком прожитого времени:
а) календарный;
б) биологический;
в) онтогенез;
г) эмбриональный.

36. Уровень морфофункционального состояния организма на определенном этапе онтогенеза – это:
а) биологическое развитие;
б) эмбриональное развитие;
в) биологический возраст;
г) постэмбриональное развитие.

37. При оценки биологического возраста необходимо учитывать:
а) функциональное состояние различных систем организма;
б) оценку адаптивных возможностей организма;
в) способность к творческой деятельности;
г) воспитание.

38. Акселерация – это:
а) ускоренное развитие;
б) замедленное развитие;
в) индивидуальное развитие;
г) эволюционно-историческое формирование человека.

39. Закон эндогенности процессов роста и развития говорит о том, что:
а) процессы роста и развития осуществляются в силу внутренней потребности организма, а факторы среды влияют на их темпы;
б) говорит об однонаправленности процессов роста и развития;
в) определяет неравномерность процессов роста и развития;
г) отмечает одновременность созревания звеньев живой системы: органа, системы органов, организма в целом. При этом в созревании разных систем может существовать гетерохронность.

40. Закон цикличности процессов роста и развития говорит:
а) процессы роста и развития осуществляются в силу внутренней потребности организма, а факторы среды влияют на их темпы;
б) говорит об однонаправленности процессов роста и развития;
в) определяет неравномерность процессов роста и развития;
г) отмечает одновременность созревания звеньев живой системы: органа, системы органов, организма в целом. При этом в созревании разных систем может существовать гетерохронность.

41. Закон синхронности процессов роста и развития:
а) процессы роста и развития осуществляются в силу внутренней потребности организма, а факторы среды влияют на их темпы;
б) говорит об однонаправленности процессов роста и развития;
в) определяет неравномерность процессов роста и развития;
г) отмечает одновременность созревания звеньев живой системы: органа, системы органов, организма в целом. При этом в созревании разных систем может существовать гетерохронность.

42. Закон необратимости процессов роста и развития:
а) процессы роста и развития осуществляются в силу внутренней потребности организма, а факторы среды влияют на их темпы;
б) говорит об однонаправленности процессов роста и развития;
в) определяет неравномерность процессов роста и развития;
г) отмечает одновременность созревания звеньев живой системы: органа, системы органов, организма в целом. При этом в созревании разных систем может существовать гетерохронность.

43. Генетика изучает:
а) жизнедеятельность организмов;
б) классификацию организмов;
в) закономерности наследственности и изменчивости;
г) взаимосвязи организмов и среды обитания.

44. Метод, используемый для изучения закономерностей наследования потомством признаков в ряду поколений:

а) фенологические наблюдения;
б) водные культуры;
в) меченые атомы;
г) скрещивание родительских пар.

45. Свойство родительских организмов передавать свои признаки и особенности развития потомству:
а) изменчивость;
б) наследственность;
в) приспособленность;
г) выживаемость.

46. Признак, который проявляется в первом гибридном поколении и подавляет проявление противоположного признака:
а) доминантный;
б) рецессивный;
в) промежуточный;
г) качественный.

47. Изменчивость – это свойство организмов:
а) взаимодействовать со средой обитания;
б) передавать свои признаки и особенности развития потомству;
в) приобретать новые признаки и свойства в процессе онтогенеза;
г) повторять историю видов в процессе онтогенеза.

48. Ген – это:
а) мономер белковой молекулы;
б) материал для эволюционных процессов;
в) участок молекулы ДНК, содержащий информацию о первичной структуре белка;
г) способность родителей передавать свои признаки следующему поколению.
д) совокупность хромосом, находящихся в половых клетках.

49. Скрещивание, производимое для изучения характера наследования одной пары признаков в ряду поколений растений или животных:
а) моногибридное;
б) анализирующее;
в) дигибридное;
г) полигибридное.

50. Фенотип – это:
а) совокупность генов, получаемых потомством от родителей;
б) совокупность внешних и внутренних признаков организма;
в) совокупность реакций организма на воздействие среды;
г) совокупность факторов среды, воздействующих на организм.

51. Совокупность генов, получаемых потомством от родителей, – это:
а) фенотип;
б) гомозигота;
в) гетерозигота;
г) генотип.

52. Скрещивание, проводимое для изучения характера наследования двух пар признаков в ряду поколений растений или животных:

а) моногибридное;
б) анализирующее;
в) полигибридное;
г) дигибридное.

53. Явление сцепления генов, локализованных в одной хромосоме – это:

а) закон единообразия;
б) закон независимого наследования;
в) закон Моргана;
г) закон расщепления.

54. Определите способ изображения гомогаметного пола:

а) XY;
б) XO;
в) XX;
г) XXY.

55. Ген гемофилии расположен в половых хромосомах и чаще всего проявляется у мужчин, т.к. этот ген находится:

а) в Y – хромосоме, а гемофилия рецессивный признак;
б) в X – хромосоме, а гемофилия рецессивный признак;
в) в Y – хромосоме, а гемофилия доминантный признак;
г) в X – хромосоме, а гемофилия доминантный признак.

56. Аутосомы – это:

а) половые хромосомы;
б) хромосомы, одинаковые у обоих полов;
в) гаметы с гаплоидным набором хромосом;
г) разновидность соматических клеток.

57. Неполное доминирование – это:

а) подавление внешнего проявления одного признака другим;
б) ослабление действия доминантного аллеля в присутствии рецессивного;
в) более сильное проявление доминантного признака в присутствии рецессивного;
г) два доминантных аллельных гена участвуют в проявлении нового признака у гетерозиготной особи.

58. Подавление одного гена другим неаллельным – это:

а) комплементарность;
б) кооперация;
в) эпистаз;
г) неполное доминирование.

59. При совместном действии двух доминантных неаллельных генов, каждый из которых имеет свое фенотипическое проявление, проявляется новый признак – это:

а) эффект положения;

б) кооперация;
в) комплементарность;
г) кодоминирование.

60. Два доминантных аллельных гена участвуют в проявлении нового признака – это:
а) кодоминирование;
б) кооперация;
в) комплементарность;
г) аллельное исключение.

61. Когда развитие признака требует наличие в генотипе доминантных аллелей двух определенных неаллельных генов, которые не имеют собственного фенотипического проявления – это:
а) эпистаз;
б) кооперация;
в) комплементарность;
г) сцепленное наследование генов.

62. Два и более неаллельных доминантных гена контролируют развитие одного признака – это:
а) эффект положения;
б) эпистаз;
в) комплементарность;
г) полимерия.

63. Более сильное проявление доминантного признака в гетерозиготном состоянии – это:
а) полное доминирование;
б) неполное доминирование;
в) кодоминирование;
г) сверхдоминирование.

64. Границы, в пределах которых возможны модификации того или иного признака – это:
а) норма реакции;
б) наследственность;
в) фенотип;
г) приспособленность.

65. В результате изменения последовательности расположения нуклеотидов в молекулах ДНК возникают:
а) генные мутации;
б) хромосомные мутации;
в) соматические мутации;
г) различные модификации.

66. Изменчивость признаков, не связанная с изменением генотипа особей –
а) модификационная;
б) мутационная;

в) полиплоидная;
г) комбинативная.

67. Тип наследственных изменений, для которого характерно кратное увеличение числа хромосом в клетках – это:
а) гетерозис;
б) полиплоидия;
в) модификации;
г) норма реакции.

68. Причина перекомбинации признаков в потомстве:
а) митоз;
б) оплодотворение;
в) конъюгация и перекрест хромосом;
г) скрещивание.

69. Изменчивость – это свойство организмов:
а) взаимодействовать со средой обитания;
б) передавать свои признаки и свойства потом-ству;
в) приобретать новые признаки и свойства в процессе онтогенеза;
г) приспосабливаться к условиям окружающей среды.

70. Хромосомные мутации – это:
а) перестройка хромосом;
б) неразличимые с помощью микроскопа изменения внутренней организации хромосомы;
в) изменения числа хромосом;
г) мутации, возникающие в половых клетках.

71. Метод, который нельзя использовать при изучении наследственности человека:
а) цитогенетический;
б) генеалогический;
в) гибридологический;
г) близнецовый.

72. Метод, используемый для изучения роли среды в формировании у человека различных физических и психических качеств:
а) цитогенетический;
б) генеалогический;
в) биохимический;
г) близнецовый.

73. При цитогенетическом методе изучения наследственности человека исследуется:
а) родословная семьи;
б) распространение признака в больших популяциях людей;
в) хромосомный набор отдельной клетки;
г) развитие признаков у близнецов.

74. Сущность генеалогического метода изучения наследственности человека заключается в:

а) исследовании набора хромосом;
б) исследовании развития признаков у близнецов;
в) выявлении закономерностей наследования признаков в ряду поколений;
г) выявлении закономерностей распространения мутаций в популяции людей.

75. Популяционно-статический метод заключается в:

а) исследовании набора хромосом;
б) исследовании развития признаков у близнецов;
в) выявлении закономерностей наследования признаков в ряду поколений;
г) выявлении закономерностей распространения мутаций в популяции людей.

76. Цитогенетика занимается изучением:

а) кариотипа человека;
б) фенотипа человека;
в) генотипа человека;
г) молекулярные основы наследственной информации.

77. Специфика генетических исследований человека объясняется:

а) невозможностью проведения прямых экспериментов, направленных скрещиваний, использования мутагенов;
б) поздним половым созреванием;
в) малочисленным потомством;
г) а + б + в.

78. Молекулярная генетика изучает:

а) генетические основы иммунных реакций;
б) генетически обусловленные биохимические нарушения, приводящие к наследственным заболеваниям;
в) кариотип человека;
г) все ответы не верны.

79. Генетика человека изучает:

а) закономерности наследования признаков в норме и патологии;
б) молекулярные основы наследственной информации;
в) реакции людей на лекарственные препараты;
г) биохимические нарушения, приводящие к наследственным заболеваниям.

80. Наука, об улучшении человеческого рода путем повышения в генотипе количества полезных аллелей и снижения доли вредных – это:

а) генетика человека;
б) евгеника;
в) евфеника;
г) цитология.

81. Биологической эволюцией называется:

а) индивидуальное развитие организмов;
б) изменение особей;
в) историческое необратимое развитие органического мира;

г) изменения в жизни растений и животных.

82. Главной движущей силой эволюции является:
а) изменчивость;
б) наследственность;
в) борьба за существование;
г) естественный отбор.

83. Происходит ли эволюция хищных животных, которые живут в настоящее время?
а) происходит эволюция всех видов;
б) происходит только эволюция видов, ведущих древесный образ жизни;
в) происходит только эволюция видов мелких животных;
г) ни один из ныне живущих видов хищников не эволюционирует.

84. Результатом длительной эволюции органического мира является:
а) приспособленность организмов к среде обитания;
б) наследственная изменчивость организмов;
в) модификационная изменчивость организмов;
г) географическая и экологическая изоляция популяций.

85. Эволюция живой природы невозможна без взаимосвязанного действия таких факторов, как:
а) пищевые связи в биоценозах;
б) сезонные изменения в природе;
в) наследственная изменчивость, борьба за существование и естественный отбор;
г) приспособленность организма к среде обитания.

86. Приспособленность живых организмов носит относительный характер, так как:
а) любая адаптация целесообразна только в определенных условиях;
б) ароморфозы не всегда сразу обеспечивают живым организмам победу в борьбе за существования;
в) борьба за существование может привести к изменению вида;
г) при редких изменениях условий группа вымирает.

87. Ученый разработавший учение о происхождении видов:
а) Ж. Б. Ламарк;
б) Г. Мендель;
в) К. Линней;
г) Ч. Дарвин.

88. Основным критерием вида является:
а) физиологический;
б) географический;
в) экологический;
г) все эти критерии.

89. Элементарной единицей вида является:
а) особь;

б) две разнополые особи;
в) семейная группа, стая;
г) популяция.

90. Экологическое (симпатрическое) видообразование имеет место в перечисленных ниже примерах:
а) образование видов синиц при наступлении ледника на Евразию;
б) образование нового вида мака при расшире-нии ареала исходного вида в районы Крайнего Севера;
в) образование нового вида речного окуня при расширении его ареала в глубокие слои воды той же реки;
г) образование нового вида лютика при расширении его ареала из лесной зоны в степную.

91. Причинами популяционных волн являются:
а) воздействие абиотических факторов среды;
б) воздействие биотических факторов среды;
в) антропогенные факторы;
г) а + б + в.

Критерии оценки:

Оценка	Число правильных ответов
5 (отлично)	10
4 (хорошо)	8 – 9
3 (удовлетворительно)	6 – 7
2 (неудовлетворительно)	5 и менее

7.2.3. Вопросы к для подготовки к зачету

1. Предмет, задачи и методы биологии. Практическое значение биологии.
2. Уровни организации живой материи и свойства живых организмов.
3. Клеточная теория. Структурно-функциональная организация клетки.
4. Жизненный цикл клетки. Интерфаза. Митоз, мейоз, их биологическая сущность и фазы.
5. Понятие онтогенеза, филогенеза. Стадии эмбрионального развития. Пост-эмбриональное развитие, его виды.
6. Гомеостаз, его виды. Основные регуляторные системы, обеспечивающие гомеостаз.
7. Понятие регенерации. Формы и виды регенерации.
8. Понятие биологической ауксологии. Законы биологического развития.
9. Общая характеристика биологического роста и развития. Влияние экзо- и эндогенных факторов на рост и развитие.
10. Календарный и биологический возраст. Определение биологического возраста, возрастная классификация, продолжительность жизни.
11. Гипотезы и теории старения. Молекулярные, клеточные, нейрогуморальные механизмы старения.

12. Понятие витаукта. Механизмы витаукта.
13. Смерть как биологическое явление.
14. Закономернности наследования, установленные Г. Менделем. Моно- и дигибридное скрещивание. 1, 2, 3-ий законы Г. Менделя.
15. Хромосомная теория наследственности.
16. Типы взаимодействия генов.
17. Генетика пола. Сцепленное с полом наследование.
18. Модификационная изменчивость. Понятие адаптивных и неадаптивных мутаций.
19. Мутационная изменчивость, виды мутаций.
20. Комбинативная изменчивость. Механизмы ее образования.
21. Генетика человека, ее особенности и основные направления.
22. Основные методы генетики человека.
23. Наследственность и изменчивость по Ч. Дарвину. Виды и формы изменчивости по Дарвину.
24. Понятие биологической эволюции. Движущие силы эволюции. Искусственный отбор, его творческая роль.
25. Естественный отбор, его формы. Борьба за существование, ее виды. Приспособленность организмов к условиям среды, относительный характер приспособленности.
26. Понятие вида, его структура и основные критерии.
27. Видообразование по Ч. Дарвину: дивергенция признаков. Способы видообразования: аллопатрический (географический), симпатрический (экологический).
28. Понятие популяции. Популяционные волны. Популяция – элементарная единица эволюции.
29. Принципы систематики К. Линнея. Понятие искусственной и естественной систематики живых организмов. Значение систематики. Систематические группы, их соподчинение.
30. Общая характеристика царств: Вирусы, Дробянки, Грибы, Растения и Животные.

Критерии оценки знаний обучающихся на зачете:

оценка «зачтено» выставляется студенту, если он уверенно и правильно отвечает на поставленный вопрос, спокойно, без запинки, переключается на следующий вопрос, дает полное определение терминам;

оценка «не зачтено», если он не знает большей части основного содержания изученной темы и допускает грубые ошибки в формулировках основных понятий.

7.2.4. Кейсы, ситуационные задачи

Задача 1. У крупного рогатого скота ген, обуславливающий черную окраску шерсти, доминирует над геном, определяющим красную окраску. Какое потомство можно ожидать от скрещивания черного быка и красной коровы?

Задача 2. Какое потомство следует ожидать от коровы и быка, гетерозиготных по окраске шерсти?

Задача 3. У морских свинок волнистая шерсть доминирует над гладкой.

1. Скрещивание двух волнистых свинок между собой дало 39 особей с волнистой шерстью и 11 гладкошерстных. Сколько среди особей, имеющих доминантный фенотип, должно оказаться гомозиготных по этому признаку?

2. Морская свинка с волнистой шерстью при скрещивании с особью, обладающей гладкой шерстью, дала в потомстве 28 волнистых и 26 гладкошерстных потомков. Определите генотипы родителей и потомков.

Задача 4. У человека ген карих глаз доминирует над геном, обусловливающим голубые глаза. Голубоглазый мужчина, один из родителей которого имел карие глаза, женился на кареглазой женщине, у которой отец имел карие глаза, а мать – голубые. Какое потомство можно ожидать от этого брака?

Задача 5. Детская форма амавротической семейной идиотии Тей-Сакса наследуется как рецессивный признак и заканчивается обычно смертельным исходом к 4 – 5 годам. Первый ребенок умер от этой болезни в то время, когда должен родиться второй. Каков риск рождения больного второго ребенка?

Задача 6. Женщина с синдактилией (сращение пальцев) вышла замуж за нормального мужчину. У них родились нормальные сын и дочь и сын с синдактилией. Все родственники мужчины были с нормальными пальцами. Определите генотипы женщины и мужчины.

Задача 7. У супругов, страдающих гемералопией («куриная слепота»), родился нормальный ребенок. Определите характер наследования гемералопии и генотип родителей.

Задача 8. В медицине различают четыре группы крови. Это наследственный признак, имеющий не две, как обычно, а три аллели, обозначенные символами А, В, 0. А и В доминируют над 0, но не подавляют друг друга. Лица с генотипом 00 имеют I группу крови, АА и А0 – II группу, ВВ и В0 – III группу, АВ – IV. Определите, какие группы крови возможны у

детей в следующих случаях: а) у матери II группа крови, а у отца – I; б) у матери I группа крови, а у отца – IV; в) у матери I группа крови, а у отца – III; г) у матери II группа крови, а у отца – III.

Задача 9. Выпишите гаметы организмов со следующими генотипами: AABB, aabв, AaBB, AaBв, AABBCC, AaBвCC, AaBвCc.

Разберем один из примеров. При решении подобных задач необходимо руководствоваться законом чистоты гамет: гамета генетически чиста, т.к. в нее попадает только один ген из каждой аллельной пары. Возьмем, к примеру, особь с генотипом *AaBвCc*. Из первой пары генов – пары *A*- в каждую половую клетку попадает в процессе мейоза либо ген *A*, либо ген *a.* В ту же гамету из пары генов *B* поступает ген *B* или в, а из пары генов *C* – ген *C* или *c.*Т.о., гамета может содержать или все доминантные гены – *ABC*, или все рецессивные – *авс*, а также их сочетания: *ABc, AвC, Авс, aBC, авC.* Чтобы не ошибиться в количестве сортов гамет, образуемых организмом с исследуемым генотипом, можно воспользоваться формулой $N=2^n$, где N – число типов гамет, an – количество гетерозиготных пар генов. Например, гетерозигота *Aa* имеет одну гетерозиготную пару; следовательно, $N=2^1=2$. Она образует два сорта гамет. Тригетерозигота *AaBвCc* в соответствии с этим должна образовывать 8 сортов гамет ($N=2^3=8$), они уже указаны выше.

Следующие задачи следует решить самостоятельно, подробно описав ход решения и сформулировав полный ответ.

Задача 10. У крупного рогатого скота ген комолости доминирует над геном рогатости, а ген черного цвета шерсти – над геном красной окраски.

1. Какими окажутся телята, если скрестить гетерозиготных по обеим парам признаков быка и корову?

2. Какое потомство следует ожидать от скрещивания черного комолого быка, гетерозиготного по обеим парам признаков с красной рогатой коровой?

Задача 11. У человека ген карих глаз доминирует над геном, определяющим голубую окраску глаз, а ген, обусловливающий праворукость, - над геном леворукости. Какие могут быть дети, если родители их гетерозиготны по каждой паре признаков?

Задача 12. Черная окраска шерсти и висячее ухо у собак доминирует над коричневой окраской и стоячим ухом. Скрещивались чистопородные черные собаки с висячими ушами с собаками, имеющими коричневую окраску шерсти и стоячие уши. Гибриды скрещивались между собой. 1) Какая часть щенков F_2 фенотипически должна быть похожа на гибрид F_1? 2) Какая часть гибридов F_2 должна быть полностью гомозиготна? 3) Какая часть щенков F_2 должна быть с генотипом, подобным генотипу гибридов F_1?

Задача 13. Черная окраска у кошек доминирует над палевой, а короткая шерсть – над длинной. Скрещивались чистопородные персидские кошки (черные длинношерстные) с сиамскими (палевые короткошерстные). Полученные гибриды скрещивались между собой. 1) Какова вероятность (в %) получения в F_2 чистопородного сиамского котенка? 2) Какова вероятность (в %) получения в F_2 котенка, фенотипически похожего на персидского? 3) Какова вероятность (в %) получения в F_2 длинношерстного палевого котенка?

Задача 14. У людей близорукость, кареглазие и праворукость доминируют над нормальным зрением, серыми глазами и леворукостью.

1. Выписать варианты генотипов родителей в семьях, где все потомки будут тригетерозиготными;

2. Каковы варианты генотипов и фенотипов детей в семье, где праворукая гомозиготная мать гетерозиготна по зрению и окраске глаз, а отец – левша, сероглазый, с нормальным зрением?

Задача 15. У человека серповидноклеточная анемия наследуется как неполностью доминантный признак: у рецессивных гомозигот развивается сильная анемия, которая обычно заканчивается смертельным исходом, а у гетерозигот анемия проявляется в лёгкой форме. Малярийный плазмодий не может усваивать аномальный гемоглобин, в связи с этим люди, имеющие ген серповидноклеточной анемии, не болеют малярией. В семье у обоих супругов лёгкая форма анемии.

1) Сколько типов гамет продуцирует каждый супруг?
2) Сколько разных фенотипов может быть среди детей этой пары?
3) Какова вероятность (в %) рождения в семье ребёнка с тяжёлой формой анемии?
4) Какова вероятность (в %) рождения в семье ребенка, устойчивого к малярии?
5) Какова вероятность (в %) рождения в семье ребенка, неустойчивого к малярии?

Задача 16. У людей нормальный размер глазных яблок контролирует доминантный ген, а рецессивный аллель обуславливает анофтальмию (отсутствие глазных яблок). У гетерозигот глазные яблоки уменьшены.

а) В семье у матери уменьшенные глазные яблоки, а у отца – нормальные. Возможно ли рождение у них больного ребенка?

б) В семье у обоих родителей уменьшенные глазные яблоки. Возможно ли рождение у них больного ребенка?

Задача 17. У людей окраска кожи (как расовый признак) контролируется 4-мя парами несцепленных генов. Чем больше в генотипе человека доминантных генов, тем темнее кожа, и наоборот. Составить ряд генотипов

людей с уменьшением пигментации кожи – негров, темнокожих мулатов, светлокожих мулатов, белых.

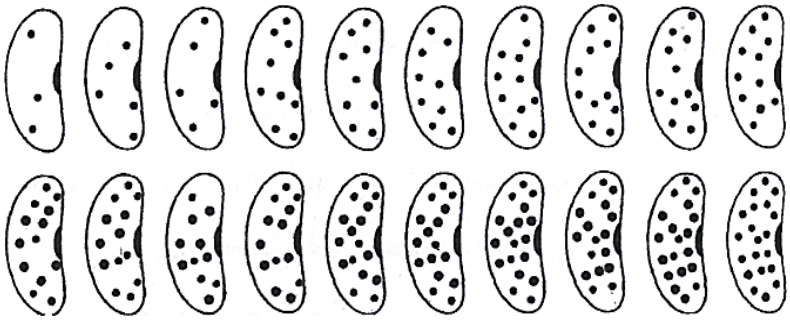
Задача 18. Возможно ли рождение белокожего ребенка в семье мулатов?

Задача 19. У человека отсутствие потовых желёз зависит от рецессивного сцепленного с полом гена. В семье отец и сын имеют эту аномалию, а мать здорова. 1) Какова вероятность (в %), что сын наследует эту аномалию от отца? 2) Какова вероятность (в %) рождения в этой семье дочери с отсутствием потовых желёз?

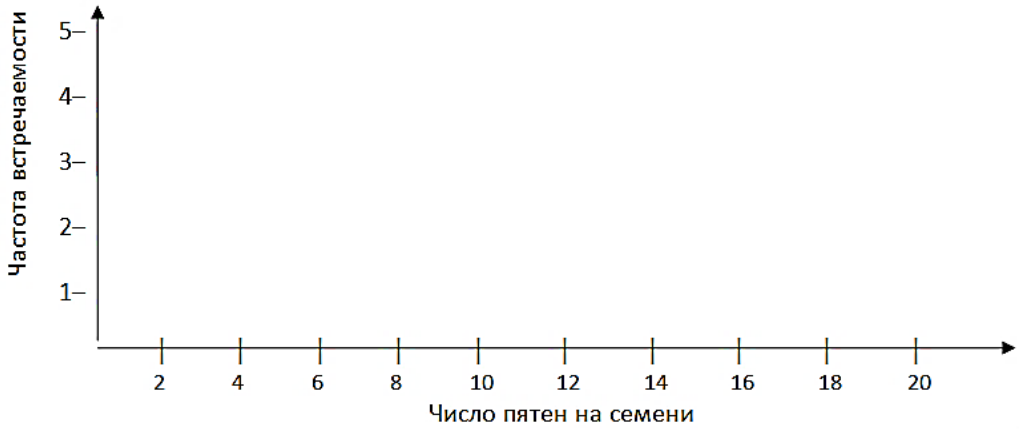
Задача 20. У кошек гены рыжего и чёрного цвета аллельны и локализованы в Х-хромосоме. Они предаются независимо, в связи с чем гетерозиготы имеют пёструю (цветную) окраску. 1) Какое количество разных фенотипов можно получить при скрещивании трёхцветной кошки с чёрным котом? 2) Какова вероятность (в %) появления трёхцветного кота?

Задача 21. У человека ген, вызывающий гемофилию, рецессивен и находится в Х-хромосоме, а альбинизм обусловлен аутосомным рецессивным геном. У родителей, нормальных по этим признакам, родился сын альбинос и гемофилик. 1) Какова вероятность (в %) того, что у их следующего сына проявятся оба аномальных признака? 2) Какова вероятность (в %) рождения в этой семье здоровых детей?

Задача 22. Рассмотрите рисунок. Постройте вариационный ряд распределения числа пятен на семенах фасоли, определите M_o и M.



Составьте вариационную кривую распределения числа пятен на семенах фасоли.



Сделайте вывод о норме реакции данного признака.

Задача 23. В двух параллельных восьмых классах измерили рост 85 учащихся. Результаты следующие (см. таблицу):

Группы (в см разницей в 5 см) (v)	Число вариант (P) (учащихся)
140-144	1
145-149	6
150-154	15
155-159	23
160-164	21
165-169	8
170-174	5
175-179	3
180-184	2
185-189	1

а) Постройте вариационную кривую роста учащихся;
б) Определите моду (M_o) и среднюю величину (M);
в) Сделайте вывод о норме реакции данного признака.
г) Объясните, какое практическое значение имеет изучение изменчивости роста людей.

Задача 24. Два брата – идентичные близнецы Г и П росли порознь в различных детдомах, а два брата Л и М – тоже идентичные близнецы – росли вместе в одной семье. Исследование этих близнецов дало следующие результаты:

Сравниваемые признаки		1-я пара близнецов		2-япара близнецов	
		Г	П	Л	М
1	Рост (см)	150	151,2	160	161,6
2	Вес (кг)	50	54	54	56
3	Косолапость	–	–	–	–
4	Увлеченность учением	–	+	+	+
5	Интерес к математике	–	+	+	+
6	Умственное развитие	среднее	высокое	Среднее	среднее

Сравниваемые признаки		1-я пара близнецов		2-япара близнецов	
		Г	П	Л	М
7	Эпилепсия	–	–	+	+
Социальные условия		Разные		в основном одинаковые	

На основе анализа и сравнения этих данных сделайте вывод какие признаки из указанных, по вашему мнению, наследственные и зависят в основном от генотипа.

Задача 25. Голубоглазый мужчина, оба родителя которого имели карие глаза, женился на кареглазой женщине, у отца которой глаза карие, а у ее матери – голубые. От этого брака родился один голубоглазый сын. Определите генотипы каждого из упомянутых лиц и составьте схему их родословной.

Задача 26. В семье родился голубоглазый темноволосый ребенок, похожий по этим признакам на отца. Мать у ребенка кареглазая темноволосая. Бабушка по материнской линии – голубоглазая, темноволосая, дедушка – кареглазый, светловолосый, а бабушка и дедушка по отцовской линии – кареглазые темноволосые.

Составьте схему родословной этой семьи и определите:

а) каковы генотипы всех упомянутых лиц;

б) какова вероятность рождения в этой семье голубоглазого светловолосого ребенка;

в) какова вероятность рождения кареглазого светловолосого ребенка.

Задача 27. В семье родился сын, страдающий наследственной болезнью из-за отсутствия потовых желез. Оба родителя ребенка, а также бабушки и дедушки по материнской и отцовской линиям по фенотипу были здоровыми (с нормальной кожей), но сестра бабушки по отцовской линии страдала от отсутствия потовых желез. Определите генотипы упомянутых лиц и составьте схему родословной этого рода.

Задача 28. Используя сведения о проявлении признаков у всех родственников по прямой линии (домашнее задание) сведите их в таблицу (в правой графе – название признака, в левой – перечень родственников и форма проявления у них указанного признака), составьте родословные по этим признакам, проанализируйте их, определите тип наследования (доминантный или рецессивный) рассматриваемых признаков.

Критерии оценки:

− **«отлично»** выставляется студенту, если проблема раскрыта полностью. Проведен анализ проблемы с привлечением дополнительной литературы. Представляемая информация систематизирована, последовательна и логически связана.

− **«хорошо»** выставляется студенту, если проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы. Представляемая информация систематизирована и последовательна.
− **«удовлетворительно»** выставляется студенту, если проблема раскрыта не полностью. Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательна.
− **«неудовлетворительно»** выставляется студенту, если проблема не раскрыта. Представляемая информация логически не связана.

8. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Основная литература

1. Биология в таблицах, схемах и рисунках: учебное пособие. Часть 1 / авторы-составители А.Ф. Морозова, Е.В, Сафоненкова. – Смоленск: СГУС, 2023. – 86 с.
2. Общая биология: учебное пособие / авт. составитель А.Ф. Морозова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2013. – 88 с.
3. Морозова А.Ф. Краткий курс лекций по биологии (часть 1): учебное пособие / А.Ф. Морозова. - Смоленск: ООО «Принт-Экспресс», 2018. - 112 с.
4. Морозова А.Ф. Краткий курс лекций по биологии (часть 2): учебное пособие / А.Ф. Морозова. - Смоленск: ООО «Принт-Экспресс», 2018. - 170 с.
5. Морозова А.Ф. Практикум по биологии: учебное пособие / А.Ф. Морозова. - Смоленск: ООО «Принт-Экспресс», 2017. - 112с.

Дополнительная литература

1. Алферова, Г. А. Генетика: учебник для вузов / Г. А. Алферова, Г. П. Подгорнова, Т. И. Кондаурова; под редакцией Г. А. Алферовой. - 3-е изд., испр. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 200 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-07420-8. - URL: https://urait.ru/bcode/490670
2. Биология в 2 ч. Часть 1 : учебник для вузов / В. Н. Ярыгин [и др.] ; под редакцией В. Н. Ярыгина, И. Н. Волкова. — 7-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 427 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04092-0. — URL: https://urait.ru/bcode/490651
3. Биология в 2 ч. Часть 2 : учебник для вузов / В. Н. Ярыгин [и др.] ; под редакцией В. Н. Ярыгина, И. Н. Волкова. — 7-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 347 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04094-4. — URL : https://urait.ru/bcode/490652

4. Генетика: учебник для вузов / П. С. Катмаков, В. П. Гавриленко, А. В. Бушов, Е. И. Анисимова; под общей редакцией П. С. Катмакова. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 278 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-14484-0. - URL: https://urait.ru/bcode/477697
5. Генетика человека: учебное пособие / В.Г. Зенкина, О.А. Солодкова, Г.Г. Божко и др. – Владивосток: Медицина ДВ, 2019. – 92 с. - ISBN 978-5-98301-157-1. - URL: https://rucont.ru/read/4539361?file=707818&f=4539361
6. Ердаков, Л. Н. Биологические ритмы: учебное пособие для вузов / Л. Н. Ердаков, О. Н. Чернышова. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 171 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-14430-7. - URL: https://urait.ru/bcode/497028
7. Ленченко, Е. М. Цитология, гистология и эмбриология: учебник для вузов / Е. М. Ленченко. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Издательство Юрайт, 2022. - 347 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-08185-5. - URL: https://urait.ru/bcode/491898
8. Павлова, Е. И. Экология : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Е. И. Павлова, В. К. Новиков. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 167 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17233-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/532655 (дата обращения: 11.12.2023).
9. Шилов, И. А. Экология : учебник для среднего профессионального образования / И. А. Шилов. — 7-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 539 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18359-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/534845 (дата обращения: 11.12.2023).
10. Юдакова, О. И. История и методология биологии: выдающиеся биологи: учебное пособие для вузов / О. И. Юдакова. - 2-е изд. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 264 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-10824-8. - URL: https://urait.ru/bcode/494689

9. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины электронных

9.1. Электронные библиотечные системы

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн». – Режим доступа: https://biblioclub.ru
2. Межотраслевая электронная библиотека (ЭБС) на базе технологии Контекстум «Национальный цифровой ресурс «Руконт». – Режим доступа: https://rucont.ru
3. Образовательная платформа «Юрайт» – Режим доступа: https://urait.ru
4. Бесплатная электронная библиотека онлайн «Единое окно доступа к образовательным ресурсам». – Режим доступа: http://window.edu.ru
5. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. – Режим доступа: http://elibrary.ru
6. Российская государственная библиотека. – Режим доступа: http://www.rsl.ru

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Спортивная электронная библиотека, которая содержит электронные версии книг, периодических изданий, популярные и научные статьи [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: http://sportfiction.ru/books
2. Общероссийская общественная организация «Российская ассоциация по спортивной медицине и реабилитации больных и инвалидов» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: https://sportmed.ru

10. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Методические указания по подготовке к лекционным занятиям

Приступая к изучению материала по дисциплине «Биологические основы спортивно-оздоровительного туризма» помните, что, посещая лекционные занятия, Вы приобретете более надежные знания, так как работа с преподавателем дает неоспоримое преимущество – общение. Вы всегда можете задать интересующий вопрос и получить ответ. Сообщение материала сопровождается мультимедийными презентациями и упрощает понимание, кроме того, изложение информации преподавателем связано с

использованием примеров.

Методические указания по подготовке к практическим и лабораторным занятиям

Практические занятия по дисциплине ориентированы на закрепление теоретического материала, изложенного на лекционных занятиях, а также на приобретение дополнительных знаний и развитие самостоятельной деятельности обучающихся.

Методические указания по самостоятельной работе студентов

Самостоятельная работа студентов наряду с аудиторной представляет одну из форм учебного процесса и является существенной его частью. Самостоятельная работа – это планируемая работа студентов, выполняемая по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

Самостоятельная работа студентов предназначена не только для овладения каждой дисциплиной, но и для формирования навыков самостоятельной работы вообще, в учебной, научной, профессиональной деятельности, способности принимать на себя ответственность, самостоятельно решить проблему, находить конструктивные решения, выход из кризисной ситуации и т.д. Значимость самостоятельной работы студентов выходит далеко за рамки отдельного предмета, в связи, с чем выпускающие кафедры должны разрабатывать стратегию формирования системы умений и навыков самостоятельной работы.

Студентам при освоении курса «Биологические основы спортивно-оздоровительного туризма» с самого начала необходимо обратить внимание на усвоение сложных биологических понятий, терминов, механизмов, закономерностей и т.д. Их непонимание серьезно усложнит все освоение курса, построенного по принципу преемственности тем, разделов. Студентам следует усвоить основные понятия по всем разделам и темам дисциплины.

В разделе I «Общие принципы организации и функционирования живых систем» необходимо обратить внимание на систему биологических наук, основные направления развития современной биологии, методы исследования в биологии, а также назначение биологических знаний в теории и практике физкультуры и спорта. Также необходимо обратить внимание на основные уровни организации живой материи, понимать на каких уровнях протекают те или иные процессы в биосистемах. В этом разделе студенты знакомятся с основными свойствами живого, многие из которых будут детально рассмотрены в других разделах курса. Знание форм существования живых организмов, а также изучение строения, функций и размножения разных типов клеток необходимо для понимания механизмов и процессов, изучаемых в следующих разделах. В темах раздела рассматриваются

принципы воспроизведения и развития живых организмов. Студентам необходимо глубоко разобраться в общебиологическом понятии «онтогенез», его этапах, стадиях, механизмах. В этом разделе также будут рассмотрены характеристика процессов роста и развития, влияние экзо- и эндогенных факторов на процессы роста и развития, законы ауксологии и использование законов ауксологии в спортивной практике. В этом разделе студенты знакомятся с понятием и видами гомеостаза, восстановительными процессами в организме, регенерацией органов и тканей, с особенностями проявления регенерации у спортсменов в период отдыха, суперкомпенсацией в восстановительном периоде. Знание законов биологической ауксологии, механизмов, видов гомеостаза и регенерации позволит в дальнейшем, при изучении других дисциплин медико-биологического цикла, а также спортивных дисциплин, более глубоко уяснить закономерности спортивной тренировки. В этом разделе также будут рассмотрены общие закономерности старения. Особое внимание необходимо уделить понятию «Биологический возраст», критериям его оценки, т.к. физические нагрузки разрабатываются тренерами и преподавателями именно с учетом биологического возраста.

В разделе II «Основы генетики и теории эволюции» будут рассмотрены молекулярные основы наследственности и изменчивости как особых свойств биосистем, уникальных и универсальных для всего живого. Студенты должны ознакомиться с хромосомной теорией наследственности, глубоко изучить законы наследственности, уметь давать им формулировки, объяснять их с помощью схем, решать задачи по генетике. Также в этом разделе студенты познакомятся с особенностями, направлениями и методами генетики человека. Особое внимание необходимо обратить на наследственные болезни человека, их причины и профилактику, а также на вредное влияние мутагенов: алкоголя, наркотиков, никотина на генетический аппарат клетки. Студентам следует обратить особое внимание на генетическое обоснование эволюционного процесса, знать содержание закона Харди-Вайнберга, его значение и использование как основы популяционно-статистического метода, пользоваться им для решения задач. Студенты должны ознакомиться с понятием «популяционная генетика», представлять цели, задачи этого раздела биологии. Знакомство с системой органического мира позволяет изучить макроэволюцию живых организмов, принципы современной классификации живой природы. Студенты должны уметь применять эти принципы для определения места любого вида, в том числе Homosapiens, в системе органического мира.

Вопрос «Биоразнообразие органического мира» предполагает знакомство с огромным разнообразием живых форм нашей планеты. Большая роль здесь отводится самостоятельной реферативной работе.

Требования к оформлению реферата

Реферат является научной работой, поскольку содержит в себе элементы научного исследования. В связи с этим к нему должны предъявляться требования по оформлению, как к научной работе.

Текст излагается на одной стороне белой писчей бумаги формата А4 (210 297) четким и разборчивым почерком черными, синими или фиолетовыми чернилами. На каждой странице должно быть 28-30 строк и 60-64 знака в строке. Текст может выполняться печатным способом с использованием компьютера и принтера через полтора интервала. Шрифт TimesNewRoman. Цвет шрифта должен быть чёрным, высота букв, цифр и других знаков – не менее 1,8 мм (кегль не менее 12). Разрешается использовать компьютерные возможности акцентирования внимания на определённых терминах, формулах, применяя шрифты разной гарнитуры. По всем сторонам листа оставляют поля от края листа. Размеры: левого поля – 30 мм; правого поля - 10 мм; верхнего поля – 20 мм; нижнего поля – 20 мм.

Объём реферата составляет 20 листов рукописного или 15 листов печатного текста.

Заголовки разделов и подразделов следует печатать на отдельной строке с прописной буквы без точки в конце, не подчеркивая. Выравнивание по центру или по левому краю. Отбивка: перед заголовком – 12 пунктов, после – 6 пунктов.

Титульный лист: в верхней части титульного листа пишется, в какой организации выполняется работа, далее буквами увеличенного кегля указывается тип («Реферат») и тема работы, ниже в правой половине листа – информация, кто выполнил и кто проверяет работу. В центре нижней части титульного листа пишется город и год выполнения.

Титульный лист и листы, на которых располагают заголовки структурных частей студенческих работ "РЕФЕРАТ", "СОДЕРЖАНИЕ", "ВВЕДЕНИЕ", "ЗАКЛЮЧЕНИЕ", "СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ", "ПРИЛОЖЕНИЯ", «РЕЦЕНЗИЯ", "ОТЗЫВ" не нумеруют, но включают в общую нумерацию работы.

Заголовки структурных частей студенческих работ "РЕФЕРАТ", "СОДЕРЖАНИЕ", "ВВЕДЕНИЕ", "ЗАКЛЮЧЕНИЕ", "СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ", "ПРИЛОЖЕНИЯ", "РЕЦЕНЗИЯ", "ОТЗЫВ" и заголовки разделов основной части следует располагать в середине строки без точки в конце и писать (печатать) прописными буквами, не подчеркивая.

Библиографические ссылки в тексте реферата оформляются в виде номера источника в квадратных скобках.

Оформление библиографического списка. В рефератах и дипломных работах использованные источники следует располагать в порядке появления ссылок в тексте работы или алфавитном порядке фамилий первых авторов (заглавий).

Сведений об источниках, включаемых в список, необходимо давать в соответствии с требованиями ГОСТ 7.1-84 с обязательным приведением названий работ.

Требования к выполнению контрольной работы

Контрольная работа – одна из форм контроля знаний студентов заочной формы обучения. Выполнение контрольной работы:

а) является важным средством самоконтроля;

б) прививает навыки организации самостоятельной работы;

в) развивает мышление;

г) служит основой глубокого усвоения учебного материала;

д) способствует активной подготовке к зачету;

е) прививает навыки, необходимые для написания курсовых и дипломных работ.

Контрольная работа выполняется рукописным способом аккуратным, разборчивым, легко читаемым почерком на каждой странице ученической тетради. Объем контрольной работы не ограничен. Оптимальным считается объем около 12 – 18 страниц, выполненных с интервалом в 0,5 см. Страницы должны иметь поля, которые служат для пометок преподавателя. Нумеруются страницы арабскими цифрами в центре нижней части листа.

На обложке тетради обязательно указывается дисциплина, по которой пишется работа, номер варианта, курс, группа, факультет, шифр зачетной книжки, фамилия, имя, отчество студента.

Студент выполняет контрольную работу самостоятельно. Ответы на вопросы следует начинать с названия раздела, номера и полного названия вопроса.

Выполняя контрольную работу студенту необходимо показать умение правильно, кратко и четко излагать материал и наиболее полно раскрыть содержание выбранной темы.

В конце работы указывается список используемой литературы. Список используемой литературы демонстрирует уровень самостоятельной работы студента. Список должен содержать не менее 5 источников, в том числе учебные пособия, периодическую литературу, энциклопедические издания, словари и пр.

Список литературы должен соответствовать ГОСТ 7.1–84 (Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Библиографическое описание документа. Общие требования и правила составления).

Номер контрольной работы определяется по последней цифре номера зачетной книжки.

Контрольная работа представляется студентом лично к следующей экзаменационной сессии. Без защиты контрольной работы студент к зачету по соответствующей дисциплине не допускается.

11.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1.	Лаборатория кафедры №№ 403-404	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения. Количество посадочных мест: для студентов – 10; для преподавателя – 1. Перечень технических средств обучения: 1. Лазерные терапевтические комплексы Калужского медико-технического лазерного центра «Узор 3К», «Узор 3КС» 2. Велоэргометрическое тестирование с использованием велоэргометра «MONARK» В частности, механический велоэргометр «Ergomedic 894EPeak» фирмы «MonarkExerciseAB». 3. Скрининговая оценка функционального состояния организма с использованием АПК «Динамика-100» 4. Стационарный прибор «MetaLyzer 3B-R2», производства компании «CORTEXBiophysikGmbH» и программного приложения «MetaSoft 3» 5. Аппаратно-программный комплекс для топографического	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, Тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 63393854, продукт Microsoft Windows Professional 8.1 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Sl 8.1 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine, Прикладное ПО, пакет офисных приложений Microsoft Open License, Тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 63393854, продукт Microsoft Office 2013 Russian Academic OPEN 1 License No Level. Антивирусное

		картирования электрической активности мозга «НЕЙРО-КМ» 6. Диагностическая система, электрокардиограф SchillerCardiovitCS-200 с принадлежностями; персональный компьютер ПК iRuHome 510 Corei5, МФУ лазерный Samsung ScX-3405/XEV (принтер/сканер/копир), 2 ноутбука Samsung 300E5A 7. Вариабельность сердечного ритма «Варикард 2.52», РОМЕНА г. Москва, программное обеспечение ISCIM. 8. Оценка уровня перфузии кровотока и лимфы, механизмов регуляции кровотока, уровня потребления кислорода в митохондриях клетки по концентрации коферментов НАДН и ФАД (ЛАЗМА г. Москва).	программное обеспечение – Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License номера лицензий: 13C8-180912-095410-983-1101 (12.09.2018); 2304-170922-065924-300-631 (22.09.2017); 1E40-160907-064819-810-433 (07.09.2016) 1B08-150918-015252 (18.09.2015) 1B08-150918-015252 (22.09.2014)
2.	Методический кабинет № 401 – специализированный кабинет для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 6; для преподавателя – 1.	-//-
3.	Аудитория № 420 - помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная одноэлементная 300*130см. Перечень технических средств обучения:	-//-

		Программно-аппаратный образовательный комплекс Тип 4, в составе: интерактивная панель EDFLAT EDF-86UH2.V2 со встроенным модулем OPS i5-10300H/DDR4-8GB/SSD-256GB в комплекте с программным обеспечением (ПО).	
4.	Аудитория № 422 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 22; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная одноэлементная 300*130 см. Перечень технических средств обучения: Программно-аппаратный образовательный комплекс Тип 4, в составе: интерактивная панель EDFLAT EDF-86UH2.V2 со встроенным модулем OPS i5-10300H/DDR4-8GB/SSD-256GB в комплекте с программным обеспечением (ПО).	-//-
5.	Аудитория № 425 - помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 40; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная одноэлементная 300*130см. Перечень технических	-//-

		средств обучения: Программно-аппаратный образовательный комплекс Тип 3, в составе: интерактивная панель EDFLAT EDF-86UH2.V2 со встроенным модулем OPSi7-10850H/DDR4-16GB/SSD-512GB/4K60Hz в комплекте с программным обеспечением (ПО).	

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian	26.06.2023	Антивирусное ПО

	Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License		
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

СОГЛАСОВАНО
Ответственный за ОПОП,
заведующая кафедрой туризма
и спортивного ориентирования Васильева З.В.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
АНИМАЦИЯ В ТУРИСТКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

основной образовательной программы
направления подготовки **49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»**

Направленность (профиль подготовки): ***«Спортивно-оздоровительный туризм»***

Уровень образования: бакалавр
Форма обучения: заочная

Курс - 4
Семестр – 8
Итоговая форма контроля – зачет

Рабочую программу разработал:
Васильева З.В., к.п.н., доцент

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта . 2
2. Результаты обучения по дисциплине 3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 5
5. Содержание дисциплины 6
5.1 Количество часов по видам занятий 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 7
5.2.1 Содержание лекционных занятий 7
5.2.2. Содержание практических занятий 9
6. Самостоятельная работа студентов 10
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 12
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 12
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 14
7.2.1 Формы текущего и промежуточного контроля 15
7.2.2 Тестовые задания для текущего контроля 15
7.2.3 Вопросы к зачету 18
7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи 19
8. Перечень литературы 22
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 23
9.1. Электронные библиотечные системы 23
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 23
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 25
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 33

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26 ноября 2020 г., №83 от 08 февраля 2021 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом:

Результаты обучения по дисциплине	Соотнесенные профессиональные стандарты и код трудовой функции	Формируемые компетенции
Знает: - основные направления досуговой деятельности, особенности организации и проведения досуговых мероприятий Методы и формы организации деятельности и общения, техники и приемы вовлечения обучающихся в деятельность и общение при организации и проведении досуговых мероприятий - техники и приемы общения (слушания, убеждения) с учетом возрастных и индивидуальных особенностей собеседников.	ПС «Педагог дополни-тельного образования детей и взрослых» А/02.6 Организация досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной	УК-3, ПК-7

- особенности режиссуры анимационных культурно-досуговых программ в туристском комплексе. - особенности и состав туристского продукта и его составных элементов. - основные профессиональные требования к специалисту в области спортивно-оздоровительного и туризма.	общеобразовательной программы	
Умеет: - разрабатывать сценарии анимационных программ; - самостоятельно находить, привлекать, анализировать и использовать в профессиональных целях анимационную деятельность для развития туризма в регионе. - на практике реализовывать полученные знания в сфере рекреации и спортивно-оздоровительном туризме. - понимать мотивы поведения, учитывать и развивать интересы обучающихся при проведении досуговых мероприятий - использовать при проведении досуговых мероприятий педагогически обоснованные формы, методы, способы и приемы организации деятельности и общения обучающихся с учетом их возраста, состояния здоровья и индивидуальных особенностей; - использовать профориентационные возможности досуговой деятельности - компетентно определять необходимую структуру и содержание туристского продукта; - - использовать технические средства в учебном процессе.	ПС «Педагог дополни-тельного образования детей и взрослых» А/02.6 Организация досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы	УК-3, ПК-7

Имеет опыт: - планирование подготовки досуговых мероприятий - организации и подготовки досуговых мероприятий - проведения досуговых мероприятий - создания новых туристских продуктов и услуг с использованием современных технологий и методов проектирования в туризме; - работы с учебной и методической литературой для подготовки сценариев мероприятий. - преобразования информации в художественно-образную; организации работы туристской инфраструктуры;	ПС «Педагог дополни-тельного образования детей и взрослых» А/02.6 Организация досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы	УК-3, ПК-7

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина входит в профессиональный цикл дисциплин **(Б.1.В.13)** и базируется на знаниях, умениях и навыках полученных при изучении таких дисциплин, как «Основы туризма», «Технология организации походов выходного дня», «Теория методики культурно досуговой деятельности», «Педагогика», « Основы спортивно-оздоровительного туризма», «Психология», Технология организации и проведения туристских слетов и полевых лагерей».

По освоении данной дисциплины студент должен обладать следующими компетенциями:

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Трудоемкость дисциплины 72 часа, из них 10 часов аудиторной работы 58 часов самостоятельной работы, 4 часа подготовка к зачету.

Учебный процесс по курсу «Анимация в туристской деятельности» проводится в форме лекций, семинарских занятий, сценарных проектов и самостоятельной работы студентов.

Учет успеваемости ведется в виде микрозачетов по пройденным темам, зачета, проводимого в срок, установленный учебным планом. Зачеты выставляются за знание пройденных разделов теоретического курса и выполнение установленных требований по практической и самостоятельной работе.

Виды учебной работы	Всего часов	Семестр

Контактная работа преподавателя со студентами	10	8
Лекции	6	
Практические/семинарские занятия	4	
Лабораторные работы	0	
Аттестация – зачет	4	
Самостоятельная работа	58	
Общая трудоемкость, часы	72	
Общая трудоемкость, 2Е		

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Лекционные занятия	Практические занятия	Семинарские занятия	Самостоятельная работа
1.	**Раздел 1.** Предпосылки развития туристской анимации					
	1.1. Исторический аспект анимационной деятельности	2				2
	1.2. Формы и особенности досуговой деятельности.	6		2		2
	1.3. Основные направления досуговой деятельности.	2				2
	1.4. Методическое обеспечение досуговой деятельности.	4				4
2.	**Раздел 2.** Основные понятия туристской анимации	4	2		2	
	2.1. Понятия досуга и анимации в туризме и гостеприимство.	4				4
	2.2. Функции, виды и типология туристской анимации. Туристская анимация сегодня.	4				4
	2.3. Особенности и значение гостиничной анимации.	4				2
	2.4. Виды анимации как элементы анимационных программ. Анимация и спорт.	4				6
3.	**Раздел 3.** Анимационный гостиничный менеджмент					

	3.1. Понятия менеджмента анимации. Функции анимационного менеджмента: функция – «планирования», функция «организация», функция «мотивация».	4				2
	3.2. Составляющие гостиничной анимационной деятельности.	4				2
	3.3. Субъект и объект управления в анимационном менеджменте туркомплекса.	4				2
4.	**Раздел 4**.Управляемая подсистема в менеджменте гостиничной анимации	2				2
	4.1. Классификации туристов по их отношению к проведению досуга. Особенности работы с туристами различных категорий. Типология туристов.	2				
	4.2. Национальные особенности туристов и их учёт при составлении анимационных программ.	6		2		4
	4.3. Составление анимационных программ для семейного досуга.	2				6
5.	**Раздел 5.** Характеристика гостиничных анимационных услуг и программ	2				2
6.	**Раздел 6.** Характеристика персонала гостиничных анимационных услуг	2				2
7.	**Раздел 7.** Технология создания и реализации анимационных программ	6	4			10
	Аттестация - зачет	**4**				
	Всего часов	**72**	**6**	**4**		**58**
Трудоемкость дисциплины: 2 з.е.						

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Тема 2. Основные понятия туристской анимации.

Определение понятия досуга и анимации в туризме и гостеприимство. Функции, виды и типология туристской анимации. Туристская анимация сегодня. Особенности и значение гостиничной анимации. Анимация и спорт. Виды анимации как элементы анимационных программ.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по теоретической основе понятий туристской анимации.

Изучение темы направлено на приобретение умений использовать при проведении досуговых мероприятий педагогически обоснованные формы, методы, способы и приемы организации деятельности и общения обучающихся с учетом их возраста, состояния здоровья и индивидуальных особенностей; Изучение темы направлено на приобретение опыта работы по реализации анимационных проектов в туристской индустрии и формирование профессиональных компетенций (УК-3, ПК-7).

Тема 7. Технология создания и реализации анимационных программ

Особенности разработки анимационных программ. Стандарты разработки. Технология создания и реализации анимационных программ как система. Организационная система – организация совместной деятельности анимационной команды, экономического, технического, рекламного отделов. Инструкторско-методическая – создание и разработка сценариев мероприятий, текстов экскурсий, подбор спортивных игр и соревнований, составление маршрутов походов с последующей разработкой методических рекомендаций на основе обобщения опыта. Режиссерская – распределение ролей, составление плана репетиций, постановка спектакля, шоу. Техническая – подготовка технических средств (объектов, сооружений, инструментов и т.д.), площадки (сцены) для анимационных мероприятий, реквизита, декораций, освещения, музыкального сопровождения и пр..

Технологический процесс создания анимационных программ ее элементы: объект деятельности – обслуживаемые туристы, население (группы и отдельные личности).

Субъект деятельности – руководитель, специалист анимационной службы;

Собственно анимационная деятельность со всеми ее компонентами – процесс воздействия субъекта на объект.

Продвижение и реализация анимационных программ в системе рекреации и туризма.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по теоретической основе основных направлений досуговой деятельности, а также особенности организации и проведения и реализации анимационных программ.

Изучение темы направлено на приобретение умений использовать при проведении досуговых мероприятий педагогически обоснованные формы, методы, способы и приемы организации деятельности и общения обучающихся с учетом их возраста, состояния здоровья и индивидуальных

особенностей; Изучение темы направлено на приобретение опыта работы по проведение досуговых мероприятий и их реализации, и формирование профессиональных компетенций (УК-3, ПК-7).

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню литературы (раздел 8 рабочей программы).

5.2.2. Содержание практических занятий

Тематическое содержание практических занятий

Тема 1. Формы и особенности досуговой деятельности, предпосылки развития туристской анимации

1. Понятие досуга и его функциональная роль
2. Структурное строение досуга
3.Классификация форм досуговой деятельности

Изучение темы направлено на приобретение знаний по организации и подготовке анимационных мероприятий для туристов различных категорий.

Изучение темы направлено на приобретение знаний основных направлений досуговой деятельности, особенности организации и проведения досуговых мероприятий умений применять основные методы и технологии проектирования досуговой деятельности в туризме

Изучение темы направлено на приобретение опыта работы по реализации анимационных проектов в туристской индустрии и формирование профессиональных компетенций (УК-3, ПК-7).

Литература: 1, 2, 3,4, 5, 6.

Тема 4.2 Национальные особенности туристов и их учет при составлении анимационных программ

Классификация туристов. Проведение досуговых мероприятий с лицами разной национальности. Учет интересов лиц разных национальностей и вероисповеданий при проведении совместных досуговых мероприятий.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по теоретической основе понятий анимации в туризме, основные направления досуговой деятельности, особенности организации и проведения досуговых мероприятий с лицами разной национальности.

Изучение темы направлено на приобретение умений использовать при проведении досуговых мероприятий педагогически обоснованные формы, методы, способы и приемы организации деятельности и общения с лицами (туристами) с учетом их возраста, состояния здоровья и индивидуальных особенностей. Изучение темы направлено на приобретение опыта работы по реализации анимационных проектов в туристской индустрии и формирование профессиональных компетенций (УК-3, ПК-7).

Литература: 1, 2, 3,4, 5, 6.

6. Самостоятельная работа студентов

Самостоятельная работа студентов, направленная на углубление и закрепление знаний, а также развитие практических умений заключается в:

- работе студентов с лекционным материалом, поиск и анализ литературы и электронных источников информации по заданной проблеме;
- выполнении домашних заданий;
- переводе материалов из тематических информационных ресурсов с иностранных языков;
- изучении теоретического материала к практическим занятиям;
- подготовке к зачету.

Тематика разделов для самостоятельной работы:

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
1 Исторический аспект анимационной деятельности	2	беседа	8 семестр
2 Формы и особенности досуговой деятельности.	2	конспект	8 семестр
3 Основные направления досуговой деятельности.	2	конспект	8 семестр
4 Методическое обеспечение досуговой деятельности.	4	конспект	8 семестр
5. Понятия досуга и анимации в туризме и гостеприимство.	4	конспект	8 семестр
6. Функции, виды и типология туристской анимации. Туристская анимация сегодня.	4	конспект	8 семестр
7 Особенности и значение гостиничной анимации.	2	беседа	8 семестр
8. Виды анимации как элементы анимационных программ. Анимация и спорт.	6	конспект	8 семестр
9. Понятия менеджмента анимации. Функции анимационного менеджмента: функция – «планирования», функция «организация», функция «мотивация». Характеристика персонала гостиничных анимационных услуг. Характеристика гостиничных анимационных услуг и программ.	2	конспект	8 семестр
10. Управляемая подсистема в менеджменте гостиничной анимации	2	беседа	8 семестр

11. Национальные особенности туристов и их учёт при составлении анимационных программ.	4	конспект	8 семестр
12. Составление анимационных программ для семейного досуга.	6	конспект	8 семестр
13. Технология создания и реализации анимационных программ	10	конспект	8 семестр

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;
4. Работа с материалами УМК.

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом, у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат (сообщение, презентацию). В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-3 -способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	ПС «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» А/02.6 Организация досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательн ой программы	**Знает (пороговый уровень):** - понимать мотивы поведения, учитывать и развивать интересы клиентов при проведении досуговых мероприятий - создавать при подготовке и проведении досуговых мероприятий условия для обучения, воспитания и(или) развития учащихся, формирования благоприятного психологического климата в группе, в том числе:- привлекать учащихся (для детей - и их родителей (законных представителей)) к планированию досуговых мероприятий (разработке сценариев), организации их подготовки, строить деятельность с опорой на инициативу и развитие самоуправления учащихся - провоение мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья и с их участием - устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с учащимися при проведении досуговых мероприятий, использовать различные средства педагогической поддержки учащихся, испытывающих затруднения в общении. **Умеет (стандартный уровень):** техники и приемы общения (слушания, убеждения) с учетом возрастных и индивидуальных особенностей собеседников **Имеет опыт (эталонный уровень):** **- п**ланирования подготовки досуговых мероприятий
ПК-7 – способен к деятельности по организации, реализации и	ПС 04.005 «Экскурсовод (гид)» С/01.6 Разработка	**Знает (пороговый уровень):** - законы и иные нормативные правовые акты Российской Федерации в сфере туризма;

проведению экскурсионных услуг	экскурсий	- использовать при проведении досуговых мероприятий педагогически обоснованные формы, методы, способы и приемы организации деятельности и общения учащихся с учетом их возраста, состояния здоровья и индивидуальных особенностей **Умеет (стандартный уровень):** - учитывать потребности групп и индивидуальных туристов при проведении экскурсионной анимации; **Имеет опыт (эталонный уровень):** - анализа программ экскурсий; - отбора экскурсионных объектов для будущей экскурсии.

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

• ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Критерии оценки уровня развития компетенций

у студентов в рамках учебного курса, их соответствие по 4-х уровневой шкале

Критерии оценки компетенций	Традиционная (4-х уровневая) шкала оценки
«Отлично» – очень высокий уровень развития компетенций, отвечает всем требованиям ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	отлично
«Очень хорошо» – высокий уровень развития компетенций, отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	хорошо
«Хорошо» – уровень развития компетенций выше среднего, отвечает всем основным требованиям, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые из выполненных заданий, могут содержать ошибки	хорошо
«Удовлетворительно» – средний уровень развития компетенций, отвечает большинству основных требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не являются существенными, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, значительная часть заданий выполнены с ошибками	удовлетворительно
«Посредственно» уровень развития компетенций ниже среднего, не отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены, либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	удовлетворительно
«Неудовлетворительно» – низкий уровень развития компетенций, теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному.	Неудовлетво-рительно

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего и промежуточного контроля

Текущий контроль качества усвоения знаний проводится регулярно в течение всего семестра. Включает в себя тестовые задания и письменные работы.

Промежуточный контроль качества усвоения знаний: знать теоретический материал в соответствии с программой, сдать зачет по пройденным темам.

8 семестр – зачет.

7.2.2 Тестовые задания для текущего контроля

Самостоятельное изучение заданного материала проверяется на каждом практическом занятии посредством устного опроса или в форме докладов подготовленных в виде презентаций, с использованием видео- и аудиоматериалов.

Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль качества усвоения знаний проводится регулярно в течение всего семестра. Включает в себя тестовые задания и письменные работы.

Итоговый контроль качества усвоения знаний: знать теоретический материал в соответствии с программой, сдать зачет по пройденным темам.

ТЕСТЫ

Выберите, пожалуйста, один или несколько из предложенных вариантов, являющийся правильным

1. Где зародились массовые праздничные действия?
А. Древняя Греция
Б. Древний Рим +
В. Китай
2. Назовите массовые зрелищные мероприятия в Древней Греции?
А. Олимпийские игры +
Б. Праздник пива
В. День города
3. Центр возникновения карнавала?
А. Петербург
Б. Венеция +
В. Берлин
4. Народные увеселители на Руси?
А. Скоморох +
Б. Мим
В. Гистрион

5. Увеселительное мероприятие на карнавальных празднествах в эпоху Возрождения в XVI в.
А. Комедия дель арте +
Б. Соти
В. Риторические камеры
6. Порядок совершения обряда, последовательность условно-символических действий, выражающих основную идею праздника, внешнее проявление верований человека.
А. Традиция
Б.Праздник
В. Ритуал +
7. Дни зимнего и летнего солнцестояния.
А. 22 марта и 22 сентября
Б. 22 декабря и 22 июня +
В. 22 мая и 22 октября
8. Христианский праздник, несущий в себе идею воскрешения, установленный христианской церковью в честь воскресения распятого на кресте Иисуса Христа.
А. Красная горка
Б.Пасха +
В. Троица
9. Этот праздник выпадал на день весеннего равноденствия и означал начало астрономической весны.
А. Благовещение
Б.Сороки +
В. Семик
10. Процесс восстановления психофизического баланса человеческого организма.
А. Свободное время
Б. Досуг
В. Рекреация +
11. Разновидность туристской деятельности, осуществляемой на туристском предприятии на транспортном средстве или в месте пребывания туристов.
А. Туристская анимация+
Б. Гостиничная анимация
В. Анимационные туристские маршруты
12. Комплексная рекреационная услуга, основанная на личных человеческих контактах тураниматора с туристом и совместном их участии в развлечениях, предлагаемых анимационной программой туркомплекса.
А. Гостиничная анимация +
Б. Туристская анимация
В. Рекреационная анимация

13. Культурно-досуговое направление анимационных программ.
А. Познавательно-оздоровительная анимация
Б. Туристско-оздоровительная анимация
В. Зрелищно-оздоровительная анимация +
14. Краткое изложение содержания пьесы, сюжетная схема, по которой создаются представления, спектакли, театральный импровизации, балетные спектакли, массовые зрелища.
А. План
Б. Сценарный план +
В. Сценарий
15. Распределите по нарастающей компоненты структуры сценария
А. Завязка 1
Б. Финал 5
В. Развитие действия 2
Г. Развязка 4
Е. Кульминация 3
16. Использование повторяющегося фрагмента музыки или действия
А. Последовательный прием +
Б. Прием лейтмотива
В. Повторяющийся прием
17. Деятельность, сопровождающая создание и показ культурно–досуговой программы – это:
А. импровизация
Б. рекреация
В. анимация +
18. Какой из методов не является методом анимационной деятельности?
А. иллюстрирование
Б. театрализация
В. игра
Г. лекция +

Ключ

№ вопроса	вариант
1	**Б**
2	**А**
3	**Б**
4	**А**
5	**А**
6	**В**
7	**Б**
8	**Б**
9	**Б**
10	**В**

11	**А**
12	**А**
13	**В**
14	**Б**
15	**А В Е Г Б**
16	**А**
17	**В**
18	**Г**

7.2.3 Вопросы к зачету

1. Основные понятия и определения. Анимация как технология и вид туристской деятельности.
2. Индустрия развлечений и культурно-досуговые учреждения. История культурно-досуговой деятельности.
3. Цели и задачи анимации. Понятие «анимационная технология».
4. Характеристика театральной, концертной, цирковой и клубной деятельности. Спортивные парки как специально организованные территории; аквапарки. Включение туристов в агродеятельность. Монастырские, усадебные, этнографические комплексы. Шоу-музеи. Наиболее известные тематические парки. Игорные заведения.
5. Структура анимационной службы. Требования к профессиональным качествам специалиста туристской анимации. Его права и обязанности. Виды организационных структур туристского объекта.
6. Исследования туристского объекта с целью инвентаризации ресурсов.
7. Маркетинг в анимации. Исследования сферы анимационной деятельности в туристском комплексе, туристской фирме, гостеприимстве.
8. Организация работы анимационной команды в туркомплексе.
9. Функциональные особенности внутрифирменных структур: разработка анимационных программ, продвижение их на рынок; режиссерско-постановочная работа; организационная работа с исполнителями анимационных услуг; исполнение анимационных программ.
10. Классификация анимационных программ в туризме.
11. Методика организации и проведения туристских анимационных программ.
12. Особенности планирования в анимационной сфере деятельности.
13. Контроль в анимации: цель, задачи, принцип организации контроля.
14. Методический контроль. Методика контроля документации. Методика контроля проведения анимационных программ.
15. Управление трудовыми ресурсами анимационной службы. Значение и характеристика профессиональных и личностных качеств, поведения персонала анимационных служб туркомплекса, турфирмы, музея, сферы питания.

16. Роль анимационных технологий в эффективности работы туристского комплекса.
17. Анимация как инструмент привлечения клиентов и средство конкурентной борьбы.
18. Оценка уровня развития и эффективности менеджмента анимационной деятельности.
19. Роль анимационных услуг в экономическом менеджменте туристского комплекса, турфирмы, сферы гостеприимства.
20. Анимационное обслуживание в музеях, туристских маршрутах, экскурсиях, предприятиях сферы питания.
21. Роль анимационных технологий в повышении эффективности туризма.
22. Анимация при создании эксклюзивных и событийных программ.
23. Пакет услуг как комплексное обслуживание.
24. Индивидуальные и групповые программы. Проектирование программ. ГОСТ Р 50681-94 «Туристско-экскурсионное обслуживание.
25. Элементы анимации в экскурсии.
26. Ресторанная анимация.

7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи

Подготовить презентаций и сценарии праздников по заданным темам:

1. Подготовить презентацию, иллюстрирующую разновидность форм досуговой деятельности: культурно-досуговые мероприятия, парады, эстрадные концерты, спортивно-досуговые мероприятия, детские развлекательные программы, досуг-сервис, тематические программы, аттракционы, **шоу-программы и др.**

2. Подготовить презентацию, иллюстрирующую технологии и средства организации культурно-досуговых программ: драматургия культурно-досуговых программ, основы режиссуры и актерского мастерства, музыкальное оформление культурно-досуговых программ, сценография культурно-досуговых программ и др.

3. Подготовить презентацию, иллюстрирующую виды театрализованных постановок в рамках анимационного обеспечения туристского предприятия. **Например: карнавал – как форма развития туризма.**

Примерный план сценария праздника:

1. Название программы.
2. В какой месяц организуется, в честь какого праздника?
3. В какое время необходимо проводить.
4. С какой возрастной группой предполагается проводить программу.

5. Цель программы.
6. Количество участников.
7. Сценарий.
8. Роли. Описание ролей. Распределение ролей.
9. Презентация и защита сценария**.**

Необходимо подготовить словарь основных понятий и терминов в анимации (не менее 25 слов из предложенных):

Составление словаря основных понятий и терминов: авансцена, анаграмма, аниматор, баллада, буриме, буффонада, варьете, водевиль, выгородка, гетерограммы, грим, действие словесное, действие сценическое, деятельность анимационная, дивертисмент, драма, драматургия, задник, звуковая партитура, игры, атрибутивные, игры бытовые, игра деловая, игра-драма, игра драматическая, игровая оболочка, игра орнаментальная, игра-переживание, игра подвижная, иллюстрирование, импровизация, интермедия, инфраструктура анимации, искусство аудиовизуальное, искусство драматическое, искусство сценическое, каламбур, коллаж, композиция, кроссчайнворд, лейтмотив, липограмма, месостих, метаграмма, мизансцена, мим, моралите, омографы, омонимы, омофоны, палиндром, пантомима, памфлет, партитура, парки аттрактивные, парки культурно-исторические, парки национальные, парк национальный, природный научно-познавательный, парк тематический, пародия, перекличка подхватывание, перекличка продолжение, попурри, представление агитационно-художественное, программа анимационная, программа зрелищно-развлекательная, программа культурно-досуговая, программа культурно-познавательная, программа обучающая, программа отдыха, программа спортивно-оздоровительная, программа спортивно-познавательная, программа спортивно-развлекательная, программа спортивная, рампа, ремейк, реприза, сатира, синонимы, синопсис, скетч, событийный туризм, стилизация, стрейчинг, сценарий программы, сценарий режиссерский, тавтограмма, театрализация, театрализованное действо, театрализованное представление, театрализованный концерт, телестих, фабула, феерия, фельетон, фольклор, чайнворд, шарада, шарж, экскурсионные программы, эпос, юмореска.

темы докладов-эссе по
формам театрализованных анимационных мероприятий

1. ***Алле-игра*** – музыкальный мини-спектакль мастера игры со зрителем; дает направление, организует праздник.
2. ***Ассамблея*** (от франц. – собрание). Так назывались первые балы в России, учрежденные в 1718 г. Указом Петра I. На ассамблеях играл духовой оркестр, состоявший из труб, фаготов, гобоев, валторн и литавр, к которым

иногда присоединялись и скрипки. Во время ассамблеи гостям предлагали угощение: чай, кофе, мед, варенье.

3. ***Бал*** – торжественный вечер с танцами. Обязательной принадлежностью бала был оркестр или ансамбль музыкантов. Бал всегда заканчивался ужином и очень часто включал дополнительные развлечения. По сложившейся в России традиции не принято было устраивать балы в период больших постов, особенно Великого поста, а также во время траура.

4. ***Балаган*** – театральное зрелище, преимущественно комического характера, на ярмарках и народных гуляниях; нечто несерьезное, шутовское.

5. ***Живые картины —*** популярное молодежное бальное развлечение конца XVIII - начала XIX в. Особенно распространено было на семейных балах и вечерах. живые картины показывали перед танцами или в перерывах между ними. Они требовали подготовки и репетиций, поэтому готовились заранее, часто в виде сюрприза кому-нибудь из членов семьи. Рисовали декорации, подбирали реквизит и шили костюмы.

6. ***Карнавал*** – вид массового народного гулянья с уличными шествиями, театрализованными играми.

7. ***Маскарад*** – зрелищное комедийное театрализованное представление с использованием масок человеческого лица, головы животного или мифического существа.

8. ***Массовые праздники*** — современные соревнования и народные гуляния, имеющие в современности большой размах. Цель – попасть в Книгу рекордов Гиннеса. На языке маркетинга такие праздничные акции называются событийными факторами, цель которых — привлечь в регион как можно больше туристов.

9. ***Мистерия*** – театральный жанр, постановка пьесы религиозного содержания (Пасха, Рождество, Масленица). В представлениях мистерии на площадях городов религиозные сцены чередовались с интермедиями – вставными комедийно-бытовыми эпизодами.

10. ***Мистерия-буфф*** - современная форма постановки пьесы идеологического содержания.

11. ***Парад*** – традиционная форма торжественного мероприятия.

12. ***Пир*** – собрание людей с целью увеселения: а) обильное застолье (банкет); б) игры; в) состязания; г) художественное шоу; д) другие виды шоу.

13. ***Праздник —*** призван создавать определенный настрой, готовить человека к дальнейшей плодотворной работе. Он должен быть ярким, запоминающимся. Организацией праздника занимаются специалисты, организаторы формируют праздничную программу таким образом, чтобы человек, приехавший на праздник, оказался не просто зрителем, но и участником события.

14. ***Праздники туризма*** — настоящие праздники туриндустрии – крупные отраслевые ярмарки, Давняя выставочная традиция – розыгрыши путевок, концерты фольклорных коллективов, разные шоу. Налицо культурная составляющая предлагаемого турпродукта.

15. ***Раус*** (исконно русское слово) – балкон над входом в балаган (цирк, шатер на ярмарке); действие актеров на нем заключалось в зазывании зрителей в балаган. Современная форма рауса – встреча гостей перед мероприятием, зависящая от его характера.
16. ***Раут –*** торжественный званый вечер без танцев, в отличии от бала (светский раут).
17. ***Фестиваль*** – массовое празднество, показ достижений музыкального, театрального, эстрадного, циркового, кино- и фотоискусства. Фестивали бывают международные, национальные, городские.
18. ***Шоу*** – театрализованное зрелище, которое направлено на создание положительных эмоций, хорошего настроения. В настоящее время получило распространение и в музейной деятельности, а также в тематических парках.

8. Перечень литературы

1. **Булыгина, И.И.** Анимация в сфере гостеприимства: учебник / Булыгина И.И., Гаранина Е.Н., Гаранин Н.И. — Москва : КноРус, 2018. — 268 с. — (для бакалавров). — ISBN 978-5-406-06322-4. — URL: https://book.ru/book/927921 Текст: электронный.
2. **Ракитянская, А. И.** Технология и организация досуговой деятельности в гостиничном комплексе: учебное пособие для обучающихся по направлению подготовки 43.03.01 Сервис: [16+] / А. И. Ракитянская, С. А. Тимошенко ; Санкт-Петербургский государственный аграрный университет (СПбГАУ). – Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный аграрный университет (СПбГАУ), 2024. – 100 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=721062 – Библиогр.: с. 92-94. – Текст : электронный.
3. Журавлева, М.М. Анимация в рекреации и туристической деятельности [Электронный ресурс]: курс лекций / М.М. Журавлева .— Иркутск : ООО «Мегапринт», 2011 .— 159 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/339846.
4. Хайретдинова, О.А. Организация досуга туристов / О.А. Хайретдинова ;. – Уфа 2015. – 55 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=445127 . – Текст: электронный.
5. Кулагина, Е.В. Технологии рекреации и анимации / Е.В. Кулагина, Ю.В. Сливкова . – Омск:, 2017. – 96 с. . – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493340 . – Текст: электронный.
6. Хайретдинова, О. А. Организация досуга туристов : учебное пособие / О. А. Хайретдинова ; Уфимский государственный университет экономики и сервиса (УГУЭС). – Уфа: Уфимский государственный университет экономики и сервиса, 2015. – 55 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=445127. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-88469-745-4. – Текст: электронный.

7.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1. Электронные библиотечные системы

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/
2. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
3. ЭБС «Университетская Библиотека Онлайн» [Электронный ресурс] . – Режим доступа:https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

1. Все страны мира. – Режим доступа: http://stranymira.com/ .
2. Энциклопедия кругосвет (универсальная научно популярная онлайн энциклопедия). – Режим доступа: http://www.krugosvet.ru .
3. Федеральное агентство по туризму (Ростуризм) www.russiatourism.ru
4. Национальная академия туризма www.nat-moo.ru
5. Российский союз туриндустрии www.rustourunion.ru
6. Ежедневная электронная газета Российского союза туриндустрии www.ratanews.ru
7. Журнал «Туризм: практика, проблемы, перспективы» www.tpnews.ru
8. Журнал «Гостиница и ресторан: управление и бизнес» www.prohotel.ru
9.

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Федеральные порталы, образовательные ресурсы:

1. . Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Федеральное агентство по туризму Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.russiatourism.ru
3. Национальный туристический портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://russia.travel

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Все страны мира. – Режим доступа: http://stranymira.com/ .

2. Вокруг света – справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
3. Кругосвет – интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
4. Энциклопедия кругосвет (универсальная научно популярная онлайн энциклопедия). – Режим доступа: http://www.krugosvet.ru .
5.

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. – Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.library.ru
3. Российская национальная библиотека[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nlr.ru

Федерации, ассоциации и союзы:

1. Ассоциации содействия туристским технологиям[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.astt.ru
2. Федеральное агентство по туризму (Ростуризм) www.russiatourism.ru
3. Российский союз туриндустрии www.rustourunion.ru
4. Информационный портал Культура http://www.kultura-portal.ru .

Периодические издания:

4. Национальная академия туризма www.nat-moo.ru
5. Ежедневная электронная газета Российского союза туриндустрии www.ratanews.ru
6. Журнал «Туризм: практика, проблемы, перспективы» www.tpnews.ru
7. Журнал «Гостиница и ресторан: управление и бизнес» www.prohotel.ru
8. Вестник Национальной академии туризма[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nat-moo.ru

9. Ежедневная электронная газета Российского союза туриндустрии www.ratanews.ru
10. Журнал «Туризм: практика, проблемы, перспективы» www.tpnews.ru
11. Журнал «Гостиница и ресторан: управление и бизнес» www.prohotel.ru
12 Организация и проведение праздников, различных мероприятий для людей различного возраста – http://ds25.detkin-club.ru/teachers/7228
13 Формы и методы КДД - http://www.ronl.ru/referaty/kultura-i-iskusstvo/126834 /
14 Физкультурные праздники в школе (сценарий праздника 3-4 класс)- http://ped-kopilka.ru/shkolnye-prazdniki/prazdniki-dlja-mladshih-shkolnikov/scenarii
15 Официальный сайт по вопросам культуры http://www.govemment.gov.ru
16 Информационно-сервисный центр «Культура. Политика. Планирование. Менеджмент» http://www.culturalmanagment.ru
17 Институт культурной политики http://cpolicy.ru
18 http://www.culturalmanagment.ru
19 http://www.event-mobys.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь

быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

● необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;

● записывать удобнее на одной стороне листа;

● записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;

● следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;

● на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.

2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.

3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.

4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.

5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.

6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть

использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления *7 – 10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат завершается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в

тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

Рекомендации студентам по подготовке презентаций

Чтобы презентация хорошо воспринималась слушателями и не вызывала отрицательных эмоций (подсознательных или вполне осознанных), необходимо соблюдать правила ее оформления.

1. Опустите ненужные частности на слайде презентации

- Уменьшите количество слов на слайде.
- Опустите все ссылки на источники и примечания.

2. Увеличьте размер шрифта

На слайдах, предназначенных для того, чтобы раздать собравшимся, размер шрифта должен быть 10, а для демонстрации – не менее 18.

3.Увеличьте графические изображения

Убедитесь, что каждый графический элемент хорошо виден с задних рядов аудитории.

4.Измените цвет фона и текста

- На слайдах, предназначенных для демонстрации, пишите текст светлым шрифтом по темному фону.
- На слайдах, которые будете раздавать слушателям, пишите текст темным шрифтом по светлому фону.

5. Ограничьте цветовую палитру минимальным набором цветов

Во время всей презентации используйте не более трех-четырех цветов.

6. Используйте «Маркеры абзаца»

- Начинайте все абзацы одинаково (например, с глагола в одном и том же времени).
- Следите за тем, чтобы каждый абзац выражал законченную мысль. Не пользуйтесь слайдами, на которых есть лишь список слов (например, план, внедрение, оценка).

7. Используйте таблицы

- Таблицы должны быть простыми и краткими. Приводите в них только существенную информацию. Ограничьте их размер до одной страницы.
- Упорядочьте их по столбцам, а не строкам: в столбцах удобнее читать.

8. Используйте рисунки (картинки)

- Старайтесь не пользоваться стандартными средствами для вставки готовых фрагментов Microsoftclipart.
- Убедитесь, что картинки выдержаны в тоне презентации (например, не используйте формат комиксов на серьезной презентации).
- Желательно избегать в презентации рисунков, не несущих смысловой нагрузки.

9. Используйте видеоматериалы

- Вставка видеозарисовок по ходу презентации помогает разнообразить встречу и способствует концентрации внимания слушателей.
- Анимационные эффекты используются для привлечения внимания слушателей или для демонстрации динамики развития какого-либо процесса.

10. Используйте графики

- Не включайте в презентацию графики только ради того, чтобы они у вас были, поскольку неуместное использование графиков никак не улучшает презентацию.
- Используйте типы графиков, которые лучше всего иллюстрируют идею, которую вы стараетесь донести.
- Рисуйте простые графики; каждый график должен иллюстрировать одну мысль.
- Назовите каждый график так, чтобы название было содержательным.
- Используйте цвета для того, чтобы выделить какие-то моменты, а не сделать график симпатичным.
- Укажите единицы измерения (речь идет о десятках, тысячах или миллионах?).
- Не загружайте слайд ненужными примечаниями.
- Цвет графических изображений не должен резко контрастировать с общим стилевым оформлением слайда;

- Если графическое изображение используется в качестве фона, то текст на этом фоне должен быть хорошо читаем.

11. Используйте звуковое оформление

- Звуковое сопровождение должно отражать суть или подчеркивать особенность темы слайда, презентации;
- Необходимо выбрать оптимальную громкость, чтобы звук был слышен всем слушателям, но не был оглушительным;
- Если это фоновая музыка, то она должна не отвлекать внимание слушателей и не заглушать слова докладчика.

12. Правильно применяйте цифровые данные

- Проследите за тем, чтобы группы данных были дискретными (например, 1-10, 11-20, а не 1-10, 10-20).
- Данные необходимо подобрать так, чтобы их было удобно читать (например, упорядочить их по возрастанию или убыванию).
- Внизу под графиком укажите количество использованных в нем точек данных (например, п = 10).
- Ограничьте количество групп данных до шести. (Выберите пять самых важных групп)

13. Используйте единое стилевое оформление

- Стиль может включать: определенный шрифт (гарнитура и цвет), цвет фона или фоновый рисунок, декоративный элемент небольшого размера и др.;
- Не рекомендуется использовать в стилевом оформлении презентации более 3 цветов и более 3 типов шрифта;
- Оформление слайда не должно отвлекать внимание слушателей от его содержательной части;
- Все слайды презентации должны быть выдержаны в одном стиле.

14. Правильно применяйте текстовую информацию

- Для основного текста на слайдах не рекомендуется использовать прописные буквы.
- Шрифтовой контраст можно создать посредством: размера шрифта, толщины шрифта, начертания, формы, направления и цвета.
- Размер шрифта: 24–54 пункта (заголовок), 18–36 пунктов (обычный текст);
- Цвет шрифта и цвет фона должны контрастировать (текст должен хорошо читаться), но не резать глаза;
- Тип шрифта: для основного текста используйте гладкий шрифт без засечек (Arial, Tahoma, Verdana), для заголовка можно использовать декоративный шрифт, если он хорошо читаем;
- Курсив, подчеркивание, жирный шрифт, прописные буквы рекомендуется использовать только для смыслового выделения фрагмента текста;

- Шрифты с засечками (TimesNewRoman) читаются легче, чем гротески (шрифты без засечек).

15. Правильно выбирайте цветовую гамму

- Цветовая гамма должна состоять не более чем из двух-трех цветов.
- Существуют не сочетаемые комбинации цветов.
- Черный цвет имеет негативный (мрачный) подтекст.
- Белый текст на черном фоне читается плохо (инверсия плохо читается).

16. Правильно располагайте информационные блоки на слайде

- Информационных блоков не должно быть слишком много (3-6);
- Рекомендуемый размер одного информационного блока — не более 1/2 размера слайда;
- Желательно присутствие на странице блоков с разнотипной информацией (текст, графики, диаграммы, таблицы, рисунки), дополняющей друг друга;
- Ключевые слова в информационном блоке необходимо выделить;
- Информационные блоки лучше располагать горизонтально, связанные по смыслу блоки – слева направо;
- Наиболее важную информацию следует поместить в центр слайда;

17. Соблюдайте правила общей композиции

- На полосе не должно быть больше семи значимых объектов, так как человек не в состоянии запомнить за один раз более семи пунктов.
- Логотип на полосе должен располагаться справа внизу (слева наверху и т. д.).
- Логотип должен быть простой и лаконичной формы.
- Дизайн должен быть простым, а текст – коротким.
- Изображения домашних животных, детей, женщин и т.д. являются положительными образами.
- Крупные объекты в составе любой композиции смотрятся довольно неважно. Аршинные буквы в заголовках, кнопки навигации высотой в 40 пикселей, разделитель одного цвета, растянутый на весь экран — все это придает дизайну непрофессиональный вид.

Выполняя вышеизложенные правила, не стоит забывать, что на каждое подобное утверждение есть сотни примеров, доказывающих обратное. Поэтому приведенные утверждения нельзя назвать общими и универсальными правилами дизайна, они верны лишь в определенных случаях.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров
2	Аудитории №№ А317, А325, А326 – помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и

			комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по

направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный тризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«05» мая 2026 г.
протокол № 10
Заведующий кафедрой А.П. Мартофляк

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе и молодежной политике
А.В. Мазурина
«06» мая 2026 г.

Кафедра безопасности жизнедеятельности

Рабочая программа по дисциплине
«ОСНОВЫ ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ»

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения:
заочная
Курс – 1. Семестр 1, 2
Итоговая форма контроля:
2 семестр зачёт

Рабочую программу разработал:
доцент Мелихов В.В.

Смоленск, 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА……. 3
1.1. Выписка из ФГОС 3++……. 3
1.2. Краткая характеристика изучаемой дисциплины…….. 3
2. Результаты обучения по дисциплине……. 7
3. Место дисциплины в структуре ОПОП……. 10
4. Объем дисциплины и виды учебной работы…….. 10
5. Содержание дисциплины……. 11
5.1. Количество часов по видам занятий…… 11
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий…… 13
6. Самостоятельная работа студентов……. 19
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.. 22
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины…….…….. 22
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы……. 24
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля…… 24
7.2.2. Тестовые задания по дисциплине…….. 24
7.2.3. Вопросы к зачету (экзамену)……. 30
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины……... 40
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины……. 40
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины…… 41
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины……... 43
12. ПРИЛОЖЕНИЕ…… 44

1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Выписка из федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

1.2. Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Основы военной подготовки» реализуется в рамках обязательной части Блока 1 Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.03.03 «Реакриация и спортивно-оздоровительный туризм».

Содержание дисциплины рабочей программы состоит из девяти самостоятельных разделов:

Раздел 1. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ.

Раздел 2. Строевая подготовка.

Раздел 3. Огневая подготовка из стрелкового оружия.

Раздел 4. Основы тактики общевойсковых подразделений.

Раздел 5. Радиационная, химическая и биологическая защита.

Раздел 6. Военная топография.

Раздел 7. Основы медицинского обеспечения.

Раздел 8. Военно-политическая подготовка.

Раздел 9. Правовая подготовка.

В первом разделе (Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ) раскрываются вопросы: Структура, требования и основное содержание общевоинских уставов. Права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Воинские звания. Единоначалие. Начальники и подчиненные. Старшие и младшие. Приказ и приказание. Порядок отдачи и выполнение приказа. Воинская вежливость и воинская дисциплина военнослужащих. Внутренний порядок и суточный наряд. Размещение военнослужащих. Распределение времени и внутренний порядок. Суточный наряд роты, его предназначение, состав. Дневальный, дежурный по роте. Развод суточного наряда. Общие положения Устава гарнизонной и караульной службы. Обязанности разводящего, часового.

Во втором разделе (Строевая подготовка) практически отрабатываются вопросы: Строевые приемы и движение без оружия. Строй и его элементы.

Виды строя. Сигналы для управления строем. Команды и порядок их подачи. Обязанности командиров, военнослужащих перед построением и в строю. Строевой расчет. Строевая стойка. Выполнение команд: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться». Повороты на месте. Строевой шаг. Движение строевым шагом. Движение строевым шагом в составе подразделения. Повороты в движении. Движение в составе взвода. Управление подразделением в движении.

В третьем разделе (Огневая подготовка из стрелкового оружия) практически отрабатываются вопросы: Основы, приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия. Требования безопасности при обращении со стрелковым оружием. Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке. Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия. Назначение, боевые свойства, материальная часть и применение стрелкового оружия, ручных противотанковых гранатометов и ручных гранат. Назначение, состав, боевые свойства и порядок сборки разборки АК-74 и РПК-74. Назначение, состав, боевые свойства и порядок сборки разборки пистолета ПМ. Назначение, состав, боевые свойства РПГ-7. Назначение, боевые свойства и материальная часть ручных гранат. Сборка разборка пистолета ПМ и подготовка его к боевому применению. Сборка разборка АК-74, РПК-74 и подготовка их к боевому применению. Снаряжение магазинов и подготовка ручных гранат к боевому применению. Выполнение упражнений учебных стрельб из стрелкового оружия. Требования безопасности при организации и проведении стрельб из стрелкового оружия. Порядок выполнения упражнения учебных стрельб. Меры безопасности при проведении стрельб и проверка усвоения знаний и мер безопасности при обращении со стрелковым оружием. Выполнение норматива №1 курса стрельб из стрелкового оружия.

В четвёртом разделе (Основы тактики общевойсковых подразделений) рассматриваются: Вооруженные Силы Российской Федерации их состав и задачи. Тактико-технические характеристики (ТТХ) основных образцов вооружения и техники ВС РФ. Вооруженные Силы Российской Федерации их состав и задачи. Назначение, структура мотострелковых и танковых подразделений сухопутных войск, их задачи в бою. Боевое предназначение входящих в них подразделений. Тактико-технические характеристики основных образцов вооружения и техники ВС РФ. Основы общевойскового боя. Сущность современного общевойскового боя, его характеристики и виды. Способы ведения современного общевойскового боя и средства вооруженной борьбы. Основы инженерного обеспечения. Цели и основные задачи инженерного обеспечения частей и подразделений. Назначение, классификация инженерных боеприпасов, инженерных заграждений и их характеристики. Полевые фортификационные сооружения: окоп, траншея, ход сообщения, укрытия, убежища. Организация воинских частей и подразделений, вооружение, боевая техника вероятного противника. Организация, вооружение, боевая техника подразделений мпб и тб армии

США. Организация, вооружение, боевая техника подразделений мпб и тб армии Германии.

В пятом разделе (Радиационная, химическая и биологическая защита) рассматриваются вопросы: Ядерное, химическое, биологическое, зажигательное оружие. Ядерное оружие. Средства их применения. Поражающие факторы ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, вооружение, технику и фортификационные сооружения. Химическое оружие. Отравляющие вещества (ОВ), их назначение, классификация и воздействие на организм человека. Боевые состояния, средства применения, признаки применения ОВ, их стойкость на местности. Биологическое оружие. Основные виды и поражающее действие. Средства применения, внешние признаки применения. Зажигательное оружие. Поражающие действия зажигательного оружия на личный состав, вооружение и военную технику, средства и способы защиты от него. Радиационная, химическая и биологическая защита. Цель, задачи и мероприятия РХБ защиты. Мероприятия специальной обработки: дегазация, дезактивация, дезинфекция, санитарная обработка. Цели и порядок проведения частичной и полной специальной обработки. Технические средства и приборы радиационной, химической и биологической защиты. Средства индивидуальной защиты и порядок их использования. Подгонка и техническая проверка средств индивидуальной защиты.

В шестом разделе (Военная топография) рассматриваются вопросы: Местность как элемент боевой обстановки. Измерения и ориентирование на местности без карты, движение по азимутам. Местность как элемент боевой обстановки. Способы ориентирования на местности без карты. Способы измерения расстояний. Движение по азимутам. Топографические карты и их чтение, подготовка к работе. Определение координат объектов и целеуказания по карте. Геометрическая сущность, классификация и назначение топографических карт. Определение географических и прямоугольных координат объектов по карте. Целеуказание по карте.

В седьмом разделе (Основы медицинского обеспечения) рассматриваются вопросы: Медицинское обеспечение войск (сил), первая медицинская помощь при ранениях, травмах и особых случаях. Медицинское обеспечение – как вид всестороннего обеспечения войск. Обязанности и оснащение должностных лиц медицинской службы тактического звена в бою. Общие правила оказания самопомощи и взаимопомощи. Первая помощь при ранениях и травмах. Первая помощь при поражении отравляющими веществами, бактериологическими средствами. Содержание мероприятия доврачебной помощи.

В восьмом разделе (Военно-политическая подготовка) рассматриваются вопросы: Россия в современном мире. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны. Новые тенденции и особенности развития современных международных отношений. Место и роль России в

многополярном мире. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития Российской Федерации. Цели, задачи, направления и формы военно-политической работы в подразделении, требования руководящих документов.

В девятом разделе (Правовая подготовка) рассматриваются вопросы: Военная доктрина Российской Федерации. Законодательство Российской Федерации о прохождении военной службы. Основные положения Военной доктрины Российской Федерации. Правовая основа воинской обязанности и военной службы. Понятие военной службы, ее виды и их характеристики. Обязанности граждан по воинскому учету.

Учебный процесс по дисциплине «Основы военной подготовки» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекций и практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, составление положения о соревновании, сметы расходов, календаря соревнований, подготовка рефератов и презентаций.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих универсальных компетенций:

- УК - 8 «Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайной ситуации».
- УК-10 «Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности».

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать: основные положения общевоинских уставов ВС РФ; организацию внутреннего порядка в подразделении; основные положения Курса стрельб из стрелкового оружия; устройство стрелкового оружия, боеприпасов и ручных гранат; предназначение, задачи и организационно-штатную структуру общевойсковых подразделений; основные факторы, определяющие характер,	01.001 – Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования)	УК8, 10

организацию и способы ведения современного общевойскового боя; общие сведения о ядерном, химическом и биологическом оружии, средствах его применения; правила поведения и меры профилактики в условиях заражения радиоактивными, отравляющими веществами и бактериальными средствами; тактические свойства местности, их влияние на действия подразделений в боевой обстановке; назначение, номенклатуру и условные знаки топографических карт; основные способы и средства оказания первой медицинской помощи при ранениях и травмах; тенденции и особенности развития современных международных отношений, место и роль России в многополярном мире, основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны; основные положения Военной доктрины РФ; правовое положение и порядок прохождения военной службы; **уметь:** правильно применять и выполнять положения общевоинских уставов ВС РФ; осуществлять разборку и сборку автомата (АК-74) и пистолета (ПМ), подготовку к боевому применению ручных гранат; оборудовать позицию для стрельбы из стрелкового оружия; выполнять мероприятия радиационной, химической и биологической защиты; читать топографические карты различной номенклатуры; давать оценку международным военно-политическим и внутренним событиям и фактам с позиции патриота своего Отечества; применять положения нормативно-правовых актов; **владеть:** строевыми приемами на месте и в движении; навыками управления строями взвода; навыками стрельбы из стрелкового оружия; навыками подготовки к ведению общевойскового боя; навыками применения индивидуальных средств РХБ защиты; навыками ориентирования на местности по карте и без карты; навыками применения индивидуальных средств медицинской защиты и подручных средств для оказания первой медицинской помощи при ранениях и травмах; навыками работы с нормативно-правовыми	A/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение.	

документами.		
Знать: основные положения общевоинских уставов ВС РФ; организацию внутреннего порядка в подразделении; основные положения Курса стрельб из стрелкового оружия; устройство стрелкового оружия, боеприпасов и ручных гранат; предназначение, задачи и организационно-штатную структуру общевойсковых подразделений; основные факторы, определяющие характер, организацию и способы ведения современного общевойскового боя; общие сведения о ядерном, химическом и биологическом оружии, средствах его применения; правила поведения и меры профилактики в условиях заражения радиоактивными, отравляющими веществами и бактериальными средствами; тактические свойства местности, их влияние на действия подразделений в боевой обстановке; назначение, номенклатуру и условные знаки топографических карт; основные способы и средства оказания первой медицинской помощи при ранениях и травмах; тенденции и особенности развития современных международных отношений, место и роль России в многополярном мире, основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны; основные положения Военной доктрины РФ; правовое положение и порядок прохождения военной службы; **уметь:** правильно применять и выполнять положения общевоинских уставов ВС РФ; осуществлять разборку и сборку автомата (АК-74) и пистолета (ПМ), подготовку к боевому применению ручных гранат; оборудовать позицию для стрельбы из стрелкового оружия; выполнять мероприятия радиационной, химической и биологической защиты; читать топографические карты различной номенклатуры; давать оценку международным военно-политическим и внутренним событиям и фактам с позиции патриота своего Отечества; применять положения нормативно-правовых актов; **владеть:** строевыми приемами на месте и в движении;	01.003 – Педагог дополнительного образования детей и взрослых A/04.6 Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы	УК-10

навыками управления строями взвода; навыками стрельбы из стрелкового оружия; навыками подготовки к ведению общевойскового боя; навыками применения индивидуальных средств РХБ защиты; навыками ориентирования на местности по карте и без карты; навыками применения индивидуальных средств медицинской защиты и подручных средств для оказания первой медицинской помощи при ранениях и травмах; навыками работы с нормативно-правовыми документами.		

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Основы военной подготовки» относится к обязательной части 1 Блока: Б1.В.14. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1и 2 курсах заочной формы обучения. Итоговая форма контроля: зачет во 2 семестре. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующей дисциплине: безопасность жизнедеятельности.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Основы военной подготовки» имеет трудоемкость, равную 3 зачетным единицам (108 часов)

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр	
			1	2
Контактная работа преподавателей с обучающимися:		18	10	8
- лекции		10	6	4
- практические (групповые) занятия		8	4	4
Самостоятельная работа студента		26	60	
Вид промежуточной аттестации	Зачет	-	4	
ИТОГО: Общая трудоемкость	час.	108	108	
	зачетные ед.	3	3	

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Номер и наименование раздела, темы, формы промежуточной аттестации	Всего часов учебных занятий	В том числе учебных занятийс преподавателем	из них по видам учебных занятий						Время, отводимое на самостоя-тельную работу
			Лекции	Семинары	Групповые занятия	Практические занятия	Контрольные работы	Зачёты	
Раздел 1. Общевоинские уставы ВС РФ	18	12	8		4				10
Тема 1. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации, их основные требования и содержание	9	6	6/2 1 сем						3
Тема 2. Внутренний порядок и суточный наряд	6	4	2/2 2 сем		2/2 2 сем				3
Тема 3. Общие положения Устава гарнизонной и караульной службы	3	2			2				4
Раздел 2. Строевая подготовка	9	6				6			6
Тема 4. Строевые приемы и движение без оружия	9	6				6			6
Раздел 3. Огневая подготовка из стрелкового оружия	30	20				20			10
Тема 5. Основы, приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия	3	2				2			5
Тема 6. Назначение, боевые свойства, материальная часть и применение стрелкового оружия, ручных противотанковых гранатометов и ручных гранат	18	12				12			2
Тема 7. Выполнение упражнений учебных стрельб из стрелкового оружия	9	6				6			3

Раздел 4. Основы тактики общевойсковых подразделений	15	10	8		2				20
Тема 8. Вооруженные Силы Российской Федерации их состав и задачи. Тактико-технические характеристики (ТТХ) основных образцов вооружения и техники ВС РФ	6	4	4/2 1 сем						5
Тема 9. Основы общевойскового боя	3	2	2/2 2 сем						5
Тема 10. Основы инженерного обеспечения	3	2			2/2 2 сем				5
Тема 11. Организация воинских частей и подразделений, вооружение, боевая техника вероятного противника	3	2	2						5
Раздел 5. Радиационная, химическая и биологическая защита	9	6	2			4			10
Тема 12. Ядерное, химическое, биологическое, зажигательное оружие	3	2	2						5
Тема 13. Радиационная, химическая и биологическая защита	6	4				4/2 1 сем			5
Раздел 6. Военная топография	6	4	2		2				8
Тема 14. Местность как элемент боевой обстановки. Измерения и ориентирование на местности без карты, движение по азимутам	3	2	2						4
Тема 15. Топографические карты и их чтение, подготовка к работе. Определение координат объектов и целеуказания по карте	3	2			2				4
Раздел 7. Основы медицинского обеспечения	9	6	2			4			6
Тема 16. Медицинское обеспечение войск (сил), первая медицинская помощь при ранениях, травмах и особых случаях		6	2			4/2 1 сем			6

Раздел 8. Военно-политическая подготовка	3	2	2						6
Тема 17. Россия в современном мире. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны	3	2	2/2 1 сем						6
Раздел 9. Правовая подготовка	3	2	2						6
Тема 18. Военная доктрина РФ. Законодательство Российской Федерации о прохождении военной службы	3	2	2						6
Зачёт	6	4						4	4
Всего по модулю:	**108**	**72**	**26/10**		**8/4**	**34/4**			**86**

Примечание: через дробь часы на заочном обучении.

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

Раздел 1. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации

Тема 1. Общевоинские уставы (ОВУ) Вооруженных Сил Российской Федерации, их основные требования и содержание.

Лекция. 6 часов

Структура, требования и основное содержание общевоинских уставов.

Права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Воинские звания. Единоначалие. Начальники и подчиненные. Старшие и младшие. Приказ и приказание. Порядок отдачи и выполнение приказа. Воинская вежливость и воинская дисциплина военнослужащих.

Тема 2. Внутренний порядок и суточный наряд.

Лекция. 2 часа

ГЗ – 2 часа

Размещение военнослужащих. Распределение времени и внутренний порядок. Суточный наряд роты, его предназначение, состав. Дневальный, дежурный по роте. Развод суточного наряда.

Тема 3. Общие положения Устава гарнизонной и караульной службы.

ГЗ - 2 часа

Общие положения Устава гарнизонной и караульной службы. Обязанности разводящего, часового.

Формируемые компетенции:
Применяет положения общевоинских уставов в повседневной деятельности подразделения.
В результате проведения этих занятий студенты должны:

знать:

-назначение и законодательную основу ОВУ;
-права, обязанности и ответственность военнослужащих и взаимоотношения между ними;
-правильно применять и выполнять положения общевоинских уставов ВС РФ;
-общие положения Устава гарнизонной и караульной службы. Обязанности разводящего, часового

уметь:

- применять обязанности разводящего, часового.

Все отводимое на групповые занятия учебное время разбивается на три 2-часовые занятия, каждое из которых посвящено изучению конкретной темы.
Темы занятия:
1.Общие положения Устава гарнизонной и караульной службы.
2. Обязанности разводящего, часового

В результате каждого занятия студенты должны изучить статьи УГ и КС и оформить отчет по занятию в рабочей тетради. Содержание отчета определено в задании. В конце занятия преподаватель может проверить знания студентов по изучаемой теме, проведя контрольный опрос.
Далее в тексте методических указаний изложен материал, который необходим студентам на групповом занятии. Более подробно ознакомиться с содержанием изучаемых вопросов можно в законах РФ "О статусе военнослужащих", "О воинской обязанности и военной службе" и в сборнике "Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации" (М.: военное издательство, 1994 г.). В дальнейшем это издание обозначается сокращенно: Сб. ОВУ ВС РФ.

Раздел 2. Строевая подготовка

Тема 4. Строевые приемы и движение без оружия.

Практическое занятие. 6 часов. Проводится на строевом плацу.

Занятие 1. Строй и его элементы. Виды строя. Сигналы для управления строем. Команды и порядок их подачи. Обязанности командиров, военнослужащих перед построением и в строю.

Занятие 2. Строевой расчет. Строевая стойка. Выполнение команд: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться». Повороты на месте.

Занятие 3. Строевой шаг. Движение строевым шагом. Движение строевым шагом в составе подразделения. Повороты в движении. Движение в составе взвода. Управление подразделением в движении.

Формируемые компетенции:
управляет строями;
Перечень планируемых результатов обучения по модулю:
владеть:
строевыми приемами на месте и в движении; навыками управления строями взвода.

Раздел 3. Огневая подготовка из стрелкового оружия

Тема 5. Основы, приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.

Практическое занятие. 2 часа.

Требования безопасности при обращении со стрелковым оружием. Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке.

Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.

Тема 6. Назначение, боевые свойства, материальная часть и применение стрелкового оружия, ручных противотанковых гранатометов и ручных гранат.

Практическое занятие. 12 часов.

Назначение, состав, боевые свойства и порядок сборки разборки АК-74 и РПК-74. Назначение, состав, боевые свойства и порядок сборки разборки пистолета ПМ. Назначение, состав, боевые свойства РПГ-7. Назначение, боевые свойства и материальная часть ручных гранат. Сборка разборка пистолета ПМ и подготовка его к боевому применению. Сборка разборка АК-74, РПК-74 и подготовка их к боевому применению. Снаряжение магазинов и подготовка ручных гранат к боевому применению.

Тема 7. Выполнение упражнений учебных стрельб из стрелкового оружия.

Практическое занятие. 6 часов.

Требования безопасности при организации и проведении стрельб из стрелкового оружия. Порядок выполнения упражнения учебных стрельб. Меры безопасности при проведении стрельб и проверка усвоения знаний и мер безопасности при обращении со стрелковым оружием. Выполнение норматива №1 курса стрельб из стрелкового оружия.

Проводит кафедра теории и методики биатлона и стрельбы.

Формируемые компетенции:

применяет штатное стрелковое оружие

Перечень планируемых результатов обучения по модулю:

знать:

основные положения Курса стрельб из стрелкового оружия; устройство стрелкового оружия, боеприпасов и ручных гранат;

уметь:

осуществлять разборку и сборку автомата (АК-74) и пистолета (ПМ), подготовку к боевому применению ручных гранат; оборудовать позицию для стрельбы из стрелкового оружия

владеть:

навыками стрельбы из стрелкового оружия.

Раздел 4. Основы тактики общевойсковых подразделений

Тема 8. Вооруженные Силы Российской Федерации их состав и задачи. Тактико-технические характеристики (ТТХ) основных образцов вооружения и техники ВС РФ.

Лекция. 4 часа.

Вооруженные Силы Российской Федерации их состав и задачи. Назначение, структура мотострелковых и танковых подразделений сухопутных войск, их задачи в бою. Боевое предназначение входящих в них подразделений. Тактико-технические характеристики основных образцов вооружения и техники ВС РФ.

Тема 9. Основы общевойскового боя.

Лекция. 2 часа.

Сущность современного общевойскового боя, его характеристики и виды. Способы ведения современного общевойскового боя и средства вооруженной борьбы.

Тема 10. Основы инженерного обеспечения.

Групповое занятие. 2 часа.

Цели и основные задачи инженерного обеспечения частей и подразделений. Назначение, классификация инженерных боеприпасов, инженерных заграждений и их характеристики. Полевые фортификационные сооружения: окоп, траншея, ход сообщения, укрытия, убежища.

Тема 11. Организация воинских частей и подразделений, вооружение, боевая техника вероятного противника.

Лекция. 2 часа.

Организация, вооружение, боевая техника подразделений мпб и тб армии США. Организация, вооружение, боевая техника подразделений мпб и тб армии Германии.

Формируемые компетенции:

Ведет общевойсковой бой в составе подразделения.

Пользуется топографическими картами.

Перечень планируемых результатов обучения по модулю.

знает:

предназначение, задачи и организационно-штатную структуру общевойсковых подразделений;

основные факторы, определяющие характер, организацию и способы ведения современного общевойскового боя;

уметь:

оборудовать позицию для стрельбы из стрелкового оружия;

оборудовать позицию для стрельбы из стрелкового оружия

владеть:

навыками подготовки к ведению общевойскового боя.

Раздел 5. Радиационная, химическая и биологическая защита

Тема 12. Ядерное, химическое, биологическое, зажигательное оружие.
Лекция. 2 часа.

Ядерное оружие. Средства их применения. Поражающие факторы ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, вооружение, технику и фортификационные сооружения. Химическое оружие. Отравляющие вещества (ОВ), их назначение, классификация и воздействие на организм человека. Боевые состояния, средства применения, признаки применения ОВ, их стойкость на местности. Биологическое оружие. Основные виды и поражающее действие. Средства применения, внешние признаки применения. Зажигательное оружие. Поражающие действия зажигательного оружия на личный состав, вооружение и военную технику, средства и способы защиты от него.

Тема 13. Радиационная, химическая и биологическая защита.
Практическое занятие. 4 часа.

Цель, задачи и мероприятия РХБ защиты. Мероприятия специальной обработки: дегазация, дезактивация, дезинфекция, санитарная обработка. Цели и порядок проведения частичной и полной специальной обработки. Технические средства и приборы радиационной, химической и биологической защиты.

Средства индивидуальной защиты и порядок их использования. Подгонка и техническая проверка средств индивидуальной защиты.

Формируемые компетенции
Выполняет поставленные задачи в условиях РХБ заражения
Перечень планируемых результатов обучения по модулю
знать:
общие сведения о ядерном, химическом и биологическом оружии, средствах его применения.
правила поведения и меры профилактики в условиях заражения радиоактивными, отравляющими веществами и бактериальными средствами;
уметь:
выполнять мероприятия радиационной, химической и биологической защиты;
владеть:
навыками применения индивидуальных средств РХБ защиты.

Раздел 6. Военная топография

Тема 14. Местность как элемент боевой обстановки. Измерения и ориентирование на местности без карты, движение по азимутам.

Лекция. 2 часа.

Местность как элемент боевой обстановки. Способы ориентирования на местности без карты. Способы измерения расстояний. Движение по азимутам.

Тема 15. Топографические карты и их чтение, подготовка к работе.

Определение координат объектов и целеуказания по карте.

Групповое занятие. 2 часа.

Геометрическая сущность, классификация и назначение топографических карт. Определение географических и прямоугольных координат объектов по карте. Целеуказание по карте.

Формируемые компетенции

-Пользуется топографическими картами.

Результаты обучения:

знать:

-тактические свойства местности, их влияние на действия подразделений в боевой обстановке;

-назначение, номенклатуру и условные знаки топографических карт.

уметь:

-читать топографические карты различной номенклатуры;

владеть:

-навыками ориентирования на местности по карте и без карты;

Раздел 7. Основы медицинского обеспечения

Тема 16. Медицинское обеспечение войск (сил), первая медицинская помощь при ранениях, травмах и особых случаях.

Лекция. 2 часа. Практическое занятие. 4 часа.

Медицинское обеспечение – как вид всестороннего обеспечения войск. Обязанности и оснащение должностных лиц медицинской службы тактического звена в бою. Общие правила оказания самопомощи и взаимопомощи. Первая помощь при ранениях и травмах. Первая помощь при поражении отравляющими веществами, бактериологическими средствами. Содержание мероприятия доврачебной помощи.

Формируемые компетнции:

-Оказывает первую медицинскую помощь при ранениях и травмах.

Планируемые результаты:

знает:

-основные способы и средства оказания первой медицинской помощи при ранениях и травмах.

владеет:

-навыками применения индивидуальных средств медицинской защиты и подручных средств для оказания первой медицинской помощи при ранениях и травмах.

Раздел 8. Военно-политическая подготовка

Тема 17. Россия в современном мире. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны. **Лекция. 2 часа**.

Новые тенденции и особенности развития современных международных отношений. Место и роль России в многополярном мире.

Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития Российской Федерации.

Цели, задачи, направления и формы военно-политической работы в подразделении, требования руководящих документов.

Формируемые компетенции:
-Имеет высокое чувство патриотизма, считает защиту Родины своим долгом и обязанностью.
Планируемые результаты:
знает:
-тенденции и особенности развития современных международных отношений, место и роль России в многополярном мире, основные направления социально-экономического, политического и военно- технического развития страны;
умеет:
-давать оценку международным военно-политическим и внутренним событиям и фактам с позиции патриота своего Отечества.

Раздел 9. Правовая подготовка

Тема 18. Военная доктрина Российской Федерации. Законодательство Российской Федерации о прохождении военной службы.

Лекция. 2 часа.

Основные положения Военной доктрины Российской Федерации. Правовая основа воинской обязанности и военной службы. Понятие военной службы, ее виды и их характеристики. Обязанности граждан по воинскому учету.

Формируемые компетенции
Имеет высокое чувство патриотизма, считает защиту Родины своим долгом и обязанностью.
Планируемые результаты:
знает:
-основные положения Военной доктрины РФ;
-правовое положение и порядок прохождения военной службы.
умеет:
применять положения нормативно-правовых актов;
владеет:
навыками работы с нормативно-правовыми документами.

6. Самостоятельная работа студентов

Самостоятельная работа студентов - это вид учебно- познавательной деятельности, состоящей в индивидуальном, распределенном во времени выполнении **студентами** комплекса усложняющихся заданий при консультационно-координирующей помощи преподавателя, ориентированной на самоорганизацию деятельности обучающихся в

условиях содержательно-смыслового структурирования их личностного времени.

Основная цель самостоятельной работы студентов состоит в овладении фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности.

Основные **виды самостоятельной работы**:

— самостоятельное изучение программного учебного материала;

— доработка конспектов лекций;

—текущая работа над учебным материалом в целях его усвоения и углубленного изучения;

— выполнение учебно-боевых заданий;

— подготовка к предстоящим занятиям;

— участие в военно-научной и научно-исследовательской работе;

—самостоятельное изучение нового учебного материла по заданию преподавателя или по личной инициативе.

Одним из важнейших условий повышения эффективности самостоятельной подготовки является формирование навыков самостоятельной работы с литературой.

Номер и наименование раздела, темы, формы промежуточной аттестации	Время , отводимое на самостоятельную работу, час	Отчётность
Раздел 1. Общевоинские уставы ВС РФ	10	
Тема 1. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации, их основные требования и содержание	3	Участие студента в тестовом контроле усвоения учебного материала
Тема 2. Внутренний порядок и суточный наряд	3	Реферат
Тема 3. Общие положения Устава гарнизонной и караульной службы	4	Реферат
Раздел 2. Строевая подготовка	6	
Тема 4. Строевые приемы и движение без оружия	6	Контрольные занятия
Раздел 3. Огневая подготовка из стрелкового оружия	10	
Тема 5. Основы, приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия	5	Реферат

Тема 6. Назначение, боевые свойства, материальная часть и применение стрелкового оружия, ручных противотанковых гранатометов и ручных гранат	2	Участие студента в тестовом контроле усвоения учебного материала
Тема 7. Выполнение упражнений учебных стрельб из стрелкового оружия	3	Контрольные занятия
Раздел 4. Основы тактики общевойсковых подразделений	20	
Тема 8. Вооруженные Силы Российской Федерации их состав и задачи. Тактико-технические характеристики (ТТХ) основных образцов вооружения и техники ВС РФ	5	Реферат Презентация
Тема 9. Основы общевойскового боя	5	Реферат
Тема 10. Основы инженерного обеспечения	5	Реферат Презентация
Тема 11. Организация воинских частей и подразделений, вооружение, боевая техника вероятного противника	5	Представление подготовленных студентами докладов и научных сообщений.
Раздел 5. Радиационная, химическая и биологическая защита	10	
Тема 12. Ядерное, химическое, биологическое, зажигательное оружие	5	Реферат Презентация
Тема 13. Радиационная, химическая и биологическая защита	5	Реферат
Раздел 6. Военная топография	8	
Тема 14. Местность как элемент боевой обстановки. Измерения и ориентирование на местности без карты, движение по азимутам	4	Участие студента в тестовом контроле усвоения учебного материала
Тема 15. Топографические карты и их чтение, подготовка к работе. Определение координат объектов и целеуказания по карте	4	Участие студента в тестовом контроле усвоения учебного материала
Раздел 7. Основы медицинского обеспечения	6	

Тема 16. Медицинское обеспечение войск (сил), первая медицинская помощь при ранениях, травмах и особых случаях	6	Презентация подготовленного студентом учебного материала
Раздел 8. Военно-политическая подготовка	6	
Тема 17. Россия в современном мире. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны	6	Реферат
Раздел 9. Правовая подготовка	6	
Тема 18. Военная доктрина РФ. Законодательство Российской Федерации о прохождении военной службы	6	Реферат Презентация
Зачёт	4	Устный или письменная работа

7.Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Задача модуля – обеспечение формирования компетенции в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами высшего образования.

- УК - 8 «Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайной ситуации».
- УК-11 «Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности».

Формируемые компетенции:

Применяет положения общевоинских уставов в повседневной деятельности подразделения, управляет строями, применяет штатное стрелковое оружие. Ведет общевойсковой бой в составе подразделения. Выполняет поставленные задачи в условиях РХБ заражения. Пользуется топографическими картами. Оказывает первую медицинскую помощь при ранениях и травмах. Имеет высокое чувство патриотизма, считает защиту Родины своим долгом и обязанностью.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

-Пороговый – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

-Стандартный – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
-Эталонный – предполагает отражение приобретенных бакалавром компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.
знать:
-основные положения общевоинских уставов ВС РФ;
-организацию внутреннего порядка в подразделении;
-основные положения Курса стрельб из стрелкового оружия; устройство стрелкового оружия, боеприпасов и ручных гранат; предназначение, задачи и организационно-штатную структуру общевойсковых подразделений;
-основные факторы, определяющие характер, организацию и способы ведения современного общевойскового боя;
-общие сведения о ядерном, химическом и биологическом оружии,
средствах его применения;
-правила поведения и меры профилактики в условиях заражения радиоактивными, отравляющими веществами и бактериальными средствами;
-тактические свойства местности, их влияние на действия подразделений в боевой обстановке;
-назначение, номенклатуру и условные знаки топографических карт;
основные способы и средства оказания первой медицинской помощи при ранениях и травмах;
-тенденции и особенности развития современных международных отношений, место и роль России в многополярном мире, основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны;
-основные положения Военной доктрины РФ;
-правовое положение и порядок прохождения военной службы;
уметь:
-правильно применять и выполнять положения общевоинских уставов ВС РФ;
-осуществлять разборку и сборку автомата (АК-74) и пистолета (ПМ), подготовку к боевому применению ручных гранат;
-оборудовать позицию для стрельбы из стрелкового оружия;
-выполнять мероприятия радиационной, химической и биологической защиты;
-читать топографические карты различной номенклатуры;
-давать оценку международным военно-политическим и внутренним событиям и фактам с позиции патриота своего Отечества;
-применять положения нормативно-правовых актов;
владеть:
-строевыми приемами на месте и в движении;
-навыками управления строями взвода;
-навыками стрельбы из стрелкового оружия;
- навыками подготовки к ведению общевойскового боя;
- навыками применения индивидуальных средств РХБ защиты;
- навыками ориентирования на местности по карте и без карты;
- навыками применения индивидуальных средств медицинской защиты и подручных средств для оказания первой медицинской помощи при ранениях и травмах;
- навыками работы с нормативно-правовыми документами.

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль:
фронтальный опрос студентов;
защита рефератов;
Промежуточный контроль:
тестирование по итогам семестра
Итоговый контроль:
зачет (устная форма).

7.2.2. Тестовые задания по дисциплине «Основы военной подготовки»

1.В каком году был принят приказ о введении в учебное заведение ОВП.
а/ в 1996г. +
б/ в 1995г.
в/ в 1997г.
г/ в 1998г.

2.Что такое тактика?
а/ правила поведения
б/ составная часть военного искусства +
в/ военное шествие
г/ вид военного искусства

3.Кто из военноначальников и полководцев внесли в развитие тактики.
а/ Калашников
б/ Макаров
в/ Македонский +
г/ Драгунов

4.Что такое тактическая подготовка?
а/ обучение личного состава в подготовке и введении боя +
б/ нападение на врага
в/ отступление
г/ все ответы верны

5.Когда появилась тактика?
а/ в 1941г.
б/ в 1942г.
в/ с появлением армии +
г/ в 1965г.

6.Что такое бой?
а/ стрельба из всех видов оружия

б/ уничтожение боевой техники
в/ уничтожение живой силы противника
г/ основная форма тактических действий войск авиации и флота, воюющих сторон. +

7.Что такое удар?
а/ стрельба из всех видов оружия
б/ составная часть боя заключающаяся в одновременном поражении группировок войск +
в/ уничтожение живой силы противника
г/ основная форма тактических действий войск авиации и флота, воюющих сторон.

8.Что такое огонь?
а/ стрельба из всех видов оружия
б/ уничтожение боевой техники
в/ одно из основных средств уничтожения противника в бою на суше, на море и
в воздухе +
г/ основная форма тактических действий войск авиации и флота, воюющих сторон.

9 .Что такое маневр?
а/ стрельба из всех видов оружия
б/ уничтожение боевой техники
в/ уничтожение живой силы противника
г/ организованное передвижение войск в ходе боя на новое направление +

10.Обязанности солдата в бою.
а/ знать боевую задачу отделения и свою задачу +
б/ знать своего противника
в/ знать как уничтожить противника
г/ нет верного ответа

11.Что такое минновзрывные и инженерные заграждения?
а/ это минное поле +
б/ это заграждения солдат
в/ это заграждения противника
г/ это тактическое поле

12.Что такое невзрывные инженерные заграждения?
а/ это минное поле
б/ это заграждения солдат
в/ это заграждения противника

г/ это заграждения использованные подручным материалом (колючая проволка, ветки, и тд.) +

13.Какие мины вы знаете?
а/ убойные
б/ слабые
в/ противопехотные, противотанковые +
г/ все ответы верны

14.Кто такой дозорный?
а/ наводчик оператор
б/ механик водитель
в/ управляющий
г/ разведчик +

15.Устав внутренней службы – это…
а/ устав определяет основные положения уклада в воинских частях +
б/ устав определяет предположения уклада в воинских частях
в/ устав определяет сущность воинской дисциплины
г/ устав определяет организации и несения службы суточным и гарнизонным нарядом

16.Что такое дисциплинарный устав?
а/ устав определяет основные положения уклада в воинских частях
б/ устав определяет предположения уклада в воинских частях
в/ устав определяет сущность воинской дисциплины +
г/ устав определяет организации и несения службы суточным и гарнизонным нарядом

17.Строевой устав – это…
а/ устав определяет строевые приемы и движения без оружия и с оружием +
б/ устав определяет предположения уклада в воинских частях
в/ устав определяет сущность воинской дисциплины
г/ устав определяет организации и несения службы суточным и гарнизонным нарядом

18.Кто такой часовой?
а/ это командир в/ это солдат
б/ это рядовой
в/ это солдат
г/ это вооруженный караул +

19.Сколько времени часовой стоит на посту?
а/ 5 часов в/ 3 часа

б/ 2 часа +
в/ 3 часа
г/ 6 часов

20. Из каких составных частей состоит военное искусство?
а/ оборона и наступление
б/ военная наука, теория и практика
в/ тактика, оперативное искусство, стратегия +
г/ изучение вопросов войны и мира

21. Назовите фамилию первого в мире изобретателя пистолета-пулемёта?
а/ Сергеев
б/ Петров
в/ Иванов
г/ Фёдоров+

22. Какие действия военнослужащего, услышавшего свою фамилию:
а/ Выходит из строя
б/ Принимает строевую стойку, отвечает «Я» +
в/ Делает два шага вперёд
г/ Принимает строевую стойку

23. Сколько патронов вмещает магазин АК-74?
а/20
б/35
в/30 +
г/ 40

24.Строем называется.
а/Строй – размещение военнослужащих, подразделений для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.
б/Строй – установленное Уставом размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах. +
в/Строй – установленное Уставом или командиром размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.
г/Строй – установленное Уставом или командиром размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий.

25.Шеренгой является.
а/Шеренга – строй, в котором военнослужащие размещены в затылок друг другу, а подразделения одно за другим на дистанции установленной Уставом или командиром.

б/Шеренга – строй, в котором военнослужащие размещены на установленных интервалах.
в/Шеренга — строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии на установленных интервалах. +
г/Шеренга – построение, в котором военнослужащие размещены в затылок друг другу, а подразделения одно за другим на дистанции установленной Уставом или командиром.

26. Чтобы принять положение строевой стойки необходимо.
а/Стоять свободно, ослабив правую или левую ногу но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать.
б/Стоять прямо, без напряжения.
в/ Стоять прямо, без напряжения, носки выровнять по линии фронта, поставив их на ширину ступни; ноги в коленях выпрямить, но не напрягать; грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед; живот подобрать; плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посредине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка; смотреть прямо перед собой;
быть готовым к немедленному действию. +
г/Стоять прямо, без напряжения, плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посредине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка.

27. Положение “ВОЛЬНО”:
а/Стать свободно, но не сходить с места.
б/Стать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать. +
в/Ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места и не разговаривать.
г/Ослабить в колене правую или левую ногу, не ослаблять внимания и не разговаривать.

28. Кто такой часовой?
а/Вооруженный караульный, выполняющий задачу по охране поста +
б/Караульный, охраняющий пост
в/Вооруженный дневальный по роте
г/Караульный подразделения

29. Какова длина окопа?
а/ 170см +
б/ 160см
в/ 165см

г/175см

30. Какова ширина окопа?
а/50см
б/60см +
в/70см
г/80см

31. Кровотечение это-
а/перелом кости;
б/дыхательная функция;
в/повышенное артериальное давление;
г/ истечение кровью из кровеносных сосудов при нарушении целости их стенки; +

32.Как остановить обильное венозное кровотечение?
а/наложить давящую повязку;
б/ наложить жгут; +
в/ обработать рану спиртом и закрыть стерильной салфеткой;
г/продезинфицировать спиртом и обработать йодом;

33.При ранении сонной артерии необходимо срочно:
а/наложить тугую повязку.
б/ наложить жгут.
в/ зажать пальцем артерию ниже раны. +
г/посыпать солью.

34.При ранении кровь течёт непрерывной струёй. Это кровотечение
а/Паренхиматозное в/Капиллярное.
б/ Венозное. +
в/Капиллярное.
г/Артериальное.

35.Характерные признаки артериального кровотечения:
а/Кровь тёмного цвета, вытекает ровной струёй.
б/Кровь алого цвета, вытекает пульсирующей струёй.+
в/Кровоточит вся поверхность, вытекает в виде небольших капель.
г/ Кровь тёмного цвета, вытекает сильной струёй.

36.Артериальное кровотечение возникает при:
а/ повреждении какой-либо артерии при глубоком ранении; +
б/поверхностном ранении;
в/ неглубоком ранении в случае повреждения любого из сосудов;
г/Все ответы верны.

37.Самым надежным способом остановки кровотечения в случае повреждения крупных артериальных сосудов рук и ног является:
а/наложение давящей повязки;
б/пальцевое прижатие;
в/максимальное сгибание конечности;
г/наложение жгута; +

38.При открытом переломе конечности с сильным кровотечением раны необходимо в первую очередь:
а/ Обработать край раны йодом;
б/Провести иммобилизацию конечности;
в/Промыть рану перекисью водорода;
г/Остановить кровотечение. +

39.Как правильно выбрать место наложения кровоостанавливающего жгута при артериальном кровотечении?
а/наложить жгут на обработанную рану;
б/выше раны на 10-15 см;
в/ на 15-20 см ниже раны; +
г/на 20-25 см ниже раны;

7.2.3. Вопросы к зачету

Общевоинские уставы ВС РФ.

1. Какие мероприятия проводятся для сохранения и укрепления здоровья военнослужащих?
2. Перечислите основные направления деятельности командиров по оздоровлению условий службы и быта военнослужащих.
3. Перечислите основные способы закаливания военнослужащих.
4. Где и в какое время осуществляются занятия физической подготовкой и спортом?
5. Что включает в себя выполнение правил личной гигиены?
6. Что включают в себя правила общественной гигиены?
7. Какие могут быть прививки, когда проводятся и где ставится: отметка о них?
8. Перечислите действия начальника медицинской службы полка при обнаружении в части инфекционного больного.
9. Какие мероприятия включает в себя диспансеризация?
10. Какие категории военнослужащих подвергаются медицинским осмотрам и когда?
11. Раскройте порядок отправки на амбулаторный прием солдат и сержантов.
12. Рассмотрите периодичность посещения бани различными категориями военнослужащих, и чем они обеспечиваются?
13. Почему Общевоинские уставы ВС РФ имеют силу закона?
14. Общевоинские уставы (ОВУ) Вооруженных Сил Российской Федерации, их основные требования и содержание.
15. Что такое воинская служба?
16. Права и обязанности военнослужащих.
17. Виды ответственности военнослужищих.
18. Воинские звания.

19. Единоначалие. Начальники и подчиненные. Старшие и младшие. Приказ и приказание. Порядок отдачи и выполнение приказа. Воинская вежливость и воинская дисциплина военнослужащих.
20. Размещение военнослужащих. Распределение времени и внутренний порядок. Суточный наряд роты, его предназначение, состав. Дневальный, дежурный по роте. Развод суточного наряда.
21. Общие положения Устава гарнизонной и караульной службы. Обязанности разводящего, часового.

Военная топография.

1. Что называется топографической картой?
2. Дать определение географических координат.
3. Дать определение плоским прямоугольным координатам.
4. Дайте классификацию топографических карт по масштабу.
5. Дайте классификацию условных топографических знаков и раскройте, для изображения каких местных предметов они используются.
6. Перечислите тактические свойства местности и дайте характеристику местных предметов, характерных этим свойствам.
7. Дайте определение понятию «Рельеф местности» и опишите формы рельефа и чем он отображается.
8. Перечислите способы ориентирования на местности и в чём их сущность.
9. Что является сущностью изучения предмета «Военная топография»? Что обязан знать и уметь командир при работе с картой?
10. Сущность картографического изображения местности и его основные свойства.
11. Определение понятий топографическая карта и план, уровневая поверхность, эллипсоид, масштаб карты.
12. Разграфовка и номенклатура топографических карт. Определение номенклатуры смежных листов, составление заявки на карты по сборной таблице на район действий подразделения.
13. Виды условных знаков, цветовое оформление карт, пояснительные подписи и цифровые обозначения.
14. Классификация и изображение на картах географической сетки, населённых пунктов, объектов социально-культурного назначения, дорожной сети, почвенно-растительного покрова и других топографических элементов местности.
15. Изучение и оценка элементов местности по карте, определение их количественных и качественных характеристик.
16. Подготовка карты к работе. Принадлежности для работы.
17. Предельная точность измерения расстояний по карте. Определение по карте протяжённости маршрута. Способы определения площадей по карте.
18. Системы координат, их назначение и использование в войсках. Полярные и биполярные координаты.
19. Способы целеуказания по карте.
20. Виды боевых графических документов, составляемых в подразделениях, их назначение, общие правила составления и оформления.

Основы тактики общевойсковых подразделений.

1.Дайте определение Общевойсковому бою и перечислите его виды.
2.Дайте определение терминам «Удар», «Огонь» и раскройте их виды.
3.Дайте определение «манёвра» и изобразите схемами «Охват» и «Обход».
4.Назовите виды «Огня» по видам оружия, способам ведения, напряжённости стрельбы, направлению и видам.
5.Перечислите характерные черты общевойскового боя.
6.Перечислите основные принципы общевойскового боя.

7.Перечислите виды тактических действий (основные, обеспечивающие, специальные и вспомогательные).
8.Дайте определение термину «Тактика», перечислите её виды и раскройте теоретические и практические аспекты, рассматриваемые, ею.
9.Перечислите виды всестороннего обеспечения боевых действий частей.
10.В чём заключается цель и задачи боевого обеспечения войск?
11.Перечислите подразделения боевого обеспечения МСП и раскройте их предназначение.

Строевая подготовка.

1. Строевая стойка. Выполнение команд: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы - снять (надеть)».
2. Повороты на месте.
3. Движение Изменение скорости движения. Повороты в движении.
4. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.
5. Выход из строя и подход к начальнику.
6. Строевая стойка с оружием.
7. Выполнение приёмов с оружием на месте.
8. Повороты в движении с оружием.
9. Выполнение воинского приветствия с оружием на месте и в движении.
10. Выход из строя и подход к начальнику с оружием.
11. Приёмы «ложись» («к бою»), «встать», перебежки и переползания.
12. Выполнение команд «ложись» («к бою»), «встать», перебежки. Переползание по-пластунски, на получетвереньках, на боку.
13. Развёрнутый строй отделений взвода и роты.
14. Команды, подаваемые для действий взвода (роты) в развёрнутом строю, их выполнение.
15. Построение взвода и роты.
16. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.
17. Подготовка командира взвода к проведению занятий.
18. Проведение занятий по строевой подготовке с взводом по темам: «Строевые приёмы и движение без оружия», «Строевые приёмы и движение с оружием».

Огневая подготовка из стрелкового оружия.

1.При каких условиях при проведении стрельб стрельба должна немедленно прекращаться?

Ведение огня каждым стреляющим должно немедленно прекращаться самостоятельно или по команде руководителя в случаях:
- появления людей, машины или животных на мишенном поле, низко летящих самолетов и вертолетов над районом стрельбы;
- падения гранат за пределы безопасной зоны или вблизи блиндажа, занятого людьми, и потери связи с блиндажом;
- поднятия белого флага (включения фонаря белого света) на командном пункте или на блиндаже, а также подачи из блиндажа другого установленного сигнала о прекращении огня (взрывпакета, дымовой шашки, ракеты и т. п.);
- доклада или подачи с поста оцепления установленного сигнала об опасности продолжения стрельбы;
- возникновения пожара на мишенном поле. Для прекращения огня подается сигнал “Отбой” и выставляется белый флаг (включается белый фонарь) вместо красного, а также подается команда “Стой, прекратить огонь”. Сигнал “Отбой” должны немедленно принимать все стреляющие и, оставаясь на местах, прекращать огонь, не дожидаясь команд или сигналов своих командиров.

2.Что запрещается при проведении стрельб?
запрещается:
— заряжать оружие боевыми и холостыми патронами, а также боевыми и инертными гранатами до сигнала «Огонь» (команды руководителя, командира);
— направлять оружие на людей, в сторону и в тыл стрельбища независимо от того, заряжено оно или нет;
— открывать и вести огонь из неисправного оружия, неисправными боеприпасами, в опасных направлениях стрельбы, при поднятом белом флаге на командном (участковом) пункте и укрытиях (блиндажах);
— оставлять где бы то ни было заряженное оружие или передавать его другим лицам, оставлять на огневой позиции (месте для стрельбы) индивидуальное оружие без команды руководителя (командира);
— находиться людям и располагать боеприпасы, взрывчатые и горючие вещества сзади ручного противотанкового гранатомета в секторе 90° и ближе 30 м; упирать казенный срез ствола гранатомета в какие-либо предметы или в грунт; использовать гранаты, имеющие наружные повреждения; снимать предохранительный колпачок с головной части взрывателя боевой гранаты при стрельбе в дождь и сильный снег; в непосредственной близости впереди места для стрельбы не должны находиться кустарник или высокая трава; при стрельбе из окопа казенный срез ствола ручного противотанкового гранатомета не должен находиться ближе 2 м от задней стенки окопа;
— производить стрельбу из автомата с прибором для беззвучной и беспламенной стрельбы (ПБС) обыкновенными патронами;
Запрещается заходить (выезжать) на участки, где имеются неразорвавшиеся снаряды, мины, бомбы, взрыватели и другие взрывоопасные вещества.
Запрещается трогать неразорвавшиеся снаряды, мины и другие взрывоопасные предметы и средства имитации.
3.Перечислить основные боевые характеристики автомата Калашникова: калибр, прицельная дальность, боевая скорострельность, темп стрельбы, масса автомата, емкость магазина.
Калибр: 5,45 мм. Прицельная дальность стрельбы: 1000 м. Боевая скорострельность (одиночными): 40 выст/мин. Боевая скорострельность (очередями): 100 выст/мин. Темп стрельбы: 600 выст/мин. Масса неснаряженного автомата: 3,3 кг. Масса со снаряженным магазином: 3,6 кг. Емкость магазина: 30 патронов
4.Перечислить из каких основных частей состоит автомат Калашникова.
Ствол со ствольной коробкой, с прицельным приспособлением и прикладом, крышка ствольной коробки, затворная рама с газовым поршнем, затвор, возвратный механизм, газовая трубка со ствольной накладкой, ударно спусковой механизм, цевье, штык-нож, принадлежности, шомпол, дульный тормоз, компенсатор
5.Перечислить последовательность неполной разборки автомата Калашникова.
- отделить магазин и проверить, нет ли патронов в патроннике;
- вынуть пенал с принадлежностями и шомпол;
- отделить крышку ствольной коробки;
- отделить возвратный механизм;
- отделить затворную раму с затвором;
- отделить затвор от затворной рамы;
- отделить газовую трубку со ствольной накладкой.
6.Перечислить последовательность сборки автомата Калашникова.
- присоединить газовую трубку со ствольной накладкой;
- присоединить затвор к затворной раме;
- присоединить затворную раму к затворной коробке (с затвором);
- присоединить возвратный механизм;
- присоединить крышку ствольной коробки;

- спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель;
- присоединить шомпол;
- вложить пенал в гнездо приклада;
- присоединить магазин к автомату.

7.Перечислить основные боевые характеристики пистолета Макарова.

Калибр: 9 мм. Прицельная дальность стрельбы: 50 м. Боевая скорострельность (одиночными): 30 выст/мин. Масса неснаряженного пистолета: 730 гр. Масса со снаряженным магазином: 810 гр. Емкость магазина: 8 патронов.

8.Перечислить из каких основных частей состоит пистолет Макарова.

- рамка со стволом и спусковой скобкой;
- затвор с ударником, выбрасывателем и предохранителем;
- возвратная пружина;
- ударно-спусковой механизм;
- рукоятка с винтом;
- затворная задержка;
- магазин;
- принадлежность.

9.Перечислить последовательность неполной разборки пистолета Макарова.

- извлечь магазин и проверить наличие патрона в патроннике;
- отделить затвор от затворной рамки;
- снять со ствола возвратную пружину.

10.Перечислить последовательность сборки пистолета Макарова.

Сборка производится в обратном порядке.

11.Перечислить основные боевые характеристики гранаты РГД-5.

Масса гранаты, гр 315. Масса заряда, гр 110 (тротил). Радиус поражения, м 15 - 20 Дальность метания, м 35 – 40. Время замедления, с 3.2 - 4.2.

12.Перечислить основные боевые характеристики гранаты Ф-1.

Масса гранаты, гр 600. Масса заряда, гр 60. Дальность метания, м 30 – 40. Радиус разлета осколков, м 200. Время горения замедлителя, с 3.2 - 4.2.

13.Перечислить основные боевые характеристики гранаты РКГ-3.

Масса гранаты, гр 1070. Масса заряда, гр 600. Дальность метания, м 15 – 20.

14.Устройство ручной осколочной гранаты РГД-5.

- разрывной заряд; - корпус; - колпак; - вкладыш колпака; - трубка для запала;
- манжета; - запал; - поддон; - вкладыш поддона.

15.Устройство гранаты РГН.

- корпус; - взрывчатая смесь; - стакан; - пробка; - ударно-дистанционный запал;
- кольцо; - рычаг.

16.Устройство ручной осколочной гранаты Ф-1.

- корпус; - предохранительная чека; - боёк; - спусковая скоба; - капсюль; - замедляющий фитиль; - детонирующая смесь.

17.Устройство ручной кумулятивной гранаты РКГ-3.

- корпус; - разрывной заряд; - рукоятка; - запал; - капсюль-детонатор.

18.Что включает подготовка гранат к боевому применению?

- изготовка для метания (заряжание и принятие положения); - метание.

Для заряжания необходимо вынуть гранату из гранатной сумки, вывинтить пробку из трубки корпуса и ввинтить запал.

19.В чем заключаются меры предосторожности при метании боевых гранат?

- переносятся в гранатных сумках;
- запалы хранятся отдельно от гранат;
- осмотр гранат, корпус не должен иметь вмятин и ржавчины;
- оберегать от сырости, огня, ударов;
- необходимо протереть и высушить;

- вставлять запал только перед метанием;
- метание осколочных и противотанковых гранат производится только из укрытия.

20.Выстрел, его периоды и характеристики.

Выстрел – выбрасывание пули (гранаты) из канала ствола оружия

Периоды:

- предварительный (длится от начала горения порохового заряда до полного врезания оболочки пули в нарезы ствола);
- первый или основной (длится от начала движения пули до момента полного сгорания порохового заряда);
- второй (от момента полного сгорания порохового заряда до момента вылета пули);
- третий или период последействия газов (от момента вылета пули до момента прекращения действия).

Радиационная, химическая и биологическая защита

1. Цели и задачи РХБ защиты» ее место и роль в подготовке воинов;
2. Виды ядерных взрывов и их отличие по внешним признакам
3. Краткая характеристика поражающих факторов ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, вооружение и военную технику, сооружения. Особенности поражающего действия нейтронных боеприпасов.
4. Способы защиты личного состава, вооружения и техники (ВТ).
5. Нетрадиционные средства поражения.
6. Назначение и боевые свойства химического оружия. Классификация отравляющих веществ.
7. Основные свойства ОВ, характер заражения объектов, способы обнаружения. Меры первой помощи.
8. Биологическое оружие, его поражающее действия и способы защиты от него.
9. Назначение, устройство и подбор по размеру СИЗ, порядок их использования в различных положениях.
10. Техническое и обслуживание и содержание средств защиты в подразделениях.
11. Техническая проверка и подготовка противогазов.
12. Назначение и общее устройство средств коллективной защиты.
13. Порядок эксплуатации фильтровентиляционных установок и агрегатов в стационарных и подвижных объектов.
14. Порядок входа в убежище и выхода из него на зараженной местности
15. Предмет и задачи дисциплины «РХБЗ» ее место и роль в подготовке специалистов.
16. Способы защиты личного состава, ВТ, фортификационных сооружений от химического оружия.
17. Назначение, устройство и подбор по размеру СИЗ, порядок их использования в различных положениях
18. Комплект дополнит. патрона и защитные очки.
19. Фильтрующая защитная одежда.
20. Техническое и обслуживание и содержание средств защиты в подразделениях.
21. Приборы радиационной разведки.
22. Приборы радиационного контроля облучения личного состава.
23. Приборы химической разведки. Краткая характеристика приборов радиационной разведки.
24. Радиационная обстановка, как элемент боевой обстановки.
25. Выявление и оценка фактической радиационной обстановки.
26. Химическая обстановка, методика выявления и оценки.
27. Выявление радиационной обстановки по данным разведки.
28. Определение радиационных потерь войск при нахождении в зонах заражения и их преодоление.

29. Определение времени нахождения (начало преодоления) в зонах заражения (зон) по заданной дозе облучения.
30. Выявление и оценка химической обстановки.
31. Техническое и обслуживание и содержание средств защиты в подразделениях.
32.Техническая проверка и подготовка противогазов в палатке с хлорпикрином.
33. Назначение и общее устройство средств коллективной защиты.
34. Порядок эксплуатации фильтровентиляционных установок и агрегатов в стационарных и подвижных объектах.
35. Порядок входа в убежище и выхода из него на зараженной местности.
36. Приборы радиационной разведки.
37. Приборы радиационного контроля облучения личного состава.
38. Приборы химической разведки.
39. Радиационная обстановка, как элемент боевой обстановки.
40. Выявление и оценка фактической радиационной обстановки.
41. Химическая обстановка, методика выявления и оценки.
42. Выявление радиационной обстановки по данным разведки.
43. Определение радиационных потерь войск при нахождении в зонах заражения и их преодоление.
44. Определение времени нахождения (начало преодоления) в зонах заражения (зон) по заданной дозе облучения.
45. Выявление и оценка химической обстановки.
46. Вещества и растворы, применяемые для проведения специальной обработки.
47. Технические средства специальной обработки.
48. Организация и порядок проведения специальной обработки подразделений.
49. Средства специальной обработки оружия, обмундирования.
50. Средства специальной обработки вооружения, техники и материальных средств.
51. Назначение, состав и порядок развертывания поста РХБ защиты.
52. Действие химического наблюдательного поста.
53. Цель и задачи РХБ защиты в подразделении.
54. Организация РХБ защиты в подразделении.
55. Обязанности командиров подразделений по организации РХБ защиты.
56. Выполнение основных мероприятий РХБ защиты в подразделениях.
57. Организация РХБ защиты подразделений в районе размещения.
58. Действия личного состава подразделений по сигналам. Предупреждения и оповещение о РХБ заражении.
59. Подготовка подразделений к выполнению задач в условиях РХБ заражения.
60. Проведение радиационного, химического контроля и частичной специальной обработки.

Основы медицинского обеспечения.

Теоретические вопросы:

1. Асфиксии, их разновидности, первая медицинская помощь. Способы удаления инородных предметов из дыхательных путей.
2. Виды кровотечений, их характеристика. Способы остановки кровотечений.
3. Вывихи суставов. Первая медицинская помощь.
4. Защита от действия отравляющих веществ, применяемых в газовом оружии.
5. Иммобилизация и её значение. Правила транспортной иммобилизации.
6. Инфицирование раны. Принципы предупреждения, борьбы и правила обработки раны. Индивидуальный перевязочный пакет и его назначение.
7. Искусственное дыхание. Способы и техника проведения.
8. Клинические признаки (симптомы) и способы оказания первой медицинской помощи при повреждениях при электротравме.

9. Клинические признаки комы при сахарном диабете. Способы оказания первой медицинской помощи.
10. Кровопотеря. Определение, классификация. Первая медицинская помощь пострадавшим с массивной кровопотерей.
11. Мероприятия, направленные на предупреждение возникновения травматического шока.
12. Механизм действия ядов на организм человека.
13. Наружный массаж сердца. Механизм и техника его проведения. Осложнения при проведении наружного массажа сердца.
14. Обморок. Причины возникновения. Клинические признаки. Первая медицинская помощь.
15. Определение понятия десмургия. Перевязочный материал, его свойства и характеристика. Основные виды повязок.
16. Определение понятия рана. Классификация ран и их характеристика.
17. Основные виды повязок при различных повреждениях и травмах.
18. Основные принципы и задачи при оказании первой медицинской помощи.
19. Отморожение. Классификация. Первая медицинская помощь.
20. Отравление бензином. Механизм действия бензина на организм человека. Клинические признаки. Первая медицинская помощь.
21. Отравление кислотами и щелочами.
22. Отравление метиловым спиртом. Механизм действия, клинические признаки. Отравление алкоголем (этиловым спиртом). Клинические признаки простого алкогольного опьянения. Первая медицинская помощь при отравлении алкоголем и его суррогатами.
23. Отравление никотином. Клинические признаки. Первая медицинская помощь.
24. Отравление окисью углерода. Причины, механизм действия угарного газа на организм человека. Клиническая картина и способы оказания первой медицинской помощи.
25. Первая медицинская помощь при попадании инородного тела в глаз, в ухо, нос.
26. Перелом костей таза. Клинические признаки. Первая медицинская помощь.
27. Переохлаждение организма человека. Факторы, способствующие переохлаждению организма. Клинические признаки. Первая медицинская помощь.
28. Понятие о переломах длинных трубчатых костей. Виды переломов. Клинические признаки. Первая медицинская помощь.
29. Понятие о травме. Классификация травм.
30. Последовательность действий при осмотре пострадавших.
31. Правила и способы транспортировки пострадавших.
32. Правила и техника наложения кровоостанавливающего жгута.
33. Правила наложения повязок.
34. Правила обработки рук и ран.
35. Правила поведения при пожаре.
36. Правила снятия одежды и обуви с пострадавшего.
37. Признаки «клинической смерти» и биологической смерти. Методы их определения.
38. Признаки значительной кровопотери. Первая медицинская помощь.
39. Принципы оказания неотложной помощи при отравлениях.
40. Принципы сортировки пострадавших и выделяемые группы.
41. Причины остановки сердца. Понятие о дефибрилляции.
42. Проникающее ранение грудной клетки. Понятие о пневмотораксе. Способы оказания первой медицинской помощи.
43. Проникающее ранение живота. Способы оказания первой медицинской помощи.
44. Растяжение и разрыв связок. Первая медицинская помощь.
45. Сердечно-сосудистая система человека. Сердечно-легочная реанимация.

46. Синдром длительного сдавления или «Позиционный синдром», его признаки. Первая медицинская помощь.
47. Скелет человека его определение, строение и функции.
48. Сотрясение, ушиб и сдавление головного мозга. Клинические признаки. Способы оказания первой медицинской помощи.
49. Способы оказания первой медицинской помощи и правила транспортировки при травме (переломе) позвоночника.
50. Способы оказания помощи при родах вне лечебного учреждения.
51. Тепловой и солнечный удар. Клинические признаки. Первая медицинская помощь.
52. Термические ожоги. Классификация. Способы определения процента повреждения поверхности тела. Первая медицинская помощь.
53. Техника искусственного дыхания по способу «изо рта в нос».
54. Техника искусственного дыхания по способу «изо рта в рот».
55. Травматический шок. Причины, механизм возникновения. Клинические признаки. Первая медицинская помощь.
56. Укусы змей и членистоногих. Первая медицинская помощь.
57. Утопление и смерть в воде. Причины. Признаки. Первая медицинская помощь.
58. Ушиб грудной клетки. Клинические признаки. Первая медицинская помощь.
59. Ушиб живота. Клинические признаки. Первая медицинская помощь.
60. Химические ожоги. Первая медицинская помощь при ожогах негашеной известью, карбидом, красным фосфором.

Вопросы для зачета по практическим навыкам:
1. Перечислить набор предметов, лекарственных средств, входящих в аптечку для оказания первой медицинской помощи возимую на автомобиле и определить их назначение.
2. Наложение кровоостанавливающего жгута на плечо.
3. Наложение кровоостанавливающего жгута на шею.
4. Наложение кровоостанавливающего жгута на бедро.
5. Наложение кровоостанавливающего жгута на голень.
6. Наложение кровоостанавливающего жгута на предплечье.
7. Остановка кровотечения из подключичной артерии.
8. Способы остановки кровотечения из плечевой артерии.
9. Способы остановки кровотечения из сосудов шеи.
10. Способы остановки кровотечения из бедренной артерии.
11. Остановка кровотечения из подмышечной артерии.
12. Способы остановки кровотечений из подколенной артерии.
13. Способы остановки кровотечения из сосудов голени.
14. Наложение "перчаточной" повязки на кисть.
15. Наложить 8- образную повязку на голеностопный сустав.
16. Наложить "портупейную" повязку на грудную клетку.
17. Наложение повязки Дезо.
18. Наложение повязки "чепец" на голову.
19. Наложение повязки на глаза.
20. Наложение колосовидной повязки на плечевой пояс.
21. Наложение колосовидной повязки на область тазобедренного сустава.
22. Наложить пращевидную повязку на подбородок, нос.
23. Обездвижить пострадавшего при отсутствии средств иммобилизации (при переломе плечевой кости).
24. Обездвижить пострадавшего при отсутствии средств иммобилизации (при переломе бедренной кости).
25. Наложить транспортную шину при переломе костей предплечья.

26. Наложить транспортную шину при переломе бедренной кости.
27. Наложить транспортную шину при переломе плечевой кости.
28. Наложить транспортную шину при переломе костей голени.
29. Обездвижить пострадавшего при переломе шейного отдела позвоночника.
30. Обездвижить пострадавшего при переломе костей таза.
31. Способ остановки кровотечения из уха, носа и рта.
32. Способ остановки кровотечения из височной артерии.
33. Способы транспортировки пострадавшего с сотрясением головного мозга.
34. Способы транспортировки пострадавшего с переломом костей таза.
35. Способ транспортировки пострадавшего с переломом грудного отдела позвоночника.
36. Способ транспортировки пострадавшего с переломом шейного отдела позвоночника.
37. Способы транспортировки пострадавшего с переломом поясничного отдела позвоночника.
38. Способы извлечения пострадавшего из транспортного средства.
39. Способы транспортировки пострадавшего в одиночку.
40. Способы иммобилизации психически больных.

Военно-политическая подготовка

1.Россия в современном мире.

2.Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны.

3.Новые тенденции и особенности развития современных международных отношений.

4.Место и роль России в многополярном мире.

5.Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития Российской Федерации.

6.Цели, задачи, направления и формы военно-политической работы в подразделении, требования руководящих документов.

Правовая подготовка

1.Военная доктрина Российской Федерации.

2.Законодательство Российской Федерации о прохождении военной службы.

3.Основные положения Военной доктрины Российской Федерации. 4.Правовая основа воинской обязанности и военной службы.

5.Понятие военной службы, ее виды и их характеристики.

6.Обязанности граждан по воинскому учету.

Критерии оценки знаний студентов на зачете

«Зачтено» выставляется студенту, который исполнил все задания по разделам, выполнил индивидуальное задание (проект), прочно усвоил предусмотренный программный материал; правильно, аргументированно ответил на все вопросы, с приведением примеров; показал глубокие систематизированные знания, владеет приемами рассуждения и сопоставляет материал из разных источников.

«Не зачтено» выставляется студенту, который не исполнил задания по разделам, не выполнил индивидуальное задание (проект), не справился с 50 % вопросов билета, в ответах на другие вопросы допустил существенные ошибки; не может ответить на дополнительные вопросы преподавателя.

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

Основная:

1.Военная доктрина Российской Федерации.
2.Сборник общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации.
3.Федеральный закон от 28 марта 1998 года № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (с изменениями и дополнениями).
4.Федеральный закон от 27 мая 1998 года № 76-ФЗ «О статусе военнослужащих» (с изменениями и дополнениями).
5.Указ Президента РФ от 16.09.1999 № 1237 «Вопросы прохождения военной службы» (вместе с «Положением о порядке прохождения военной службы»).
6.Боевой устав по подготовке и ведению общевойскового боя. Часть 2 7. Боевой устав по подготовке и ведению общевойскового боя. Часть 3.
7.Огневая подготовка: учебное пособие / Л.С.Шульдешов В.А., Родионов,В.В.,Углянский.– Москва : КНОРУС, 2020, 216 с.
8.Строевая подготовка: учебник / И.М. Андриенко, А.А. Котов, А.В. Моисеев, Е.В. Смирнов, И.В. Шпильной. – Москва: КНОРУС, 2017.
9.Общевоенная подготовка: учебник / В.Ю. Микрюков. – Москва: КНОРУС, 2017.
19.Вооружение военная техника Сухопутных и воздушно-десантных войск: учебное пособие/ П.А.Дульнев, В.И. Литвененко, О.С.Таненя – Москва: КНОРУС, 2020. 374 с.
2.Краткий конспект лекций по дисциплине

Дополнительная:

1.Наставление по стрелковому делу / ред. Чайка В.М.– Москва: Воениздат, 1985. - 640 с.
2.Бызов Б.Е., Коваленко А.Н. Военная топография. Для курсантов учебных подразделений. – 2-е изд. – М.: Воениздат, 1990.
3.Военно-медицинская подготовка (для студентов медицинских институтов) / Под ред. Комарова Ф.И. – М.: Воениздат, 1989.
4.Основы первой доврачебной неотложной помощи пострадавшим: учеб. пособие / Алексеев А.В., Алексеева Д.А. – Ярославль: ООО «Хисториоф Пипл», 2008.
5.Учебник сержанта войск радиационной, химической и бактериологической защиты / Под ред. генерал-майора Мельника Ю.Р. – М., 2006.
6.Сборник нормативов по боевой подготовке сухопутных войск. – М.: Воениздат, 1984.
7.Попов В. И., Батюшкин С.А. Тактика. Батальон, рота. – М.: Воениздат, 2011.
8.Вооруженные силы зарубежных государств информ. аналит. сб. под ред. А.Н. Сидоркина. – М.: Воениздат «Вооруженные силы», 2009.

9.Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Электронно-библиотечная система «Руконт» [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://lib.rucont.ru/
2.http://www.mil.ru – Министерство обороны Российской федерации.
3.http://elibrary.ru– крупнейшая российская электронная библиотека.

Возможно использование учебно-методических материалов и интернет-ресурсов, определяемых вузом.

4.Библиотека учебной и научной литературы - http://sbiblio.com/biblio ru

5.Библиотека учебной и научной литературы - http://elibrary.ru

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
2	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений
3	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер (в реестре отечественного ПО номер 3722)
4	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО (в реестре отечественного ПО номер 3205)

10.Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

При изучении образовательного модуля обучающиеся должны быть способны применять положения нормативно-правовых актов и общевоинских уставов в повседневной деятельности подразделения, управлять строями, применять штатное стрелковое оружие.

Основными видами учебных занятий при изучении образовательного модуля являются практические и групповые занятия, лекции, а также самостоятельная работа.

Групповые занятия составляют основу для изучения материала образовательного модуля. Практические занятия направлены на выработку навыков и умений по строевой и огневой подготовке. Обучающиеся должны овладеть строевыми приемами на месте и в движении, навыками управления строями и стрельбы из стрелкового оружия.

Обучающийся должен знать: основные положения Военной доктрины РФ и общевоинских уставов ВС РФ; правовое положение и порядок прохождения военной службы военнослужащими; организацию внутреннего порядка в подразделении; устройство стрелкового оружия, боеприпасов и ручных гранат. Уметь точно выполнять положения общевоинских уставов ВС РФ в профессиональной деятельности; соблюдать режим секретности в подразделении; осуществлять разборку и сборку автомата (АК-74) и подготовку к боевому применению ручных гранат. При подготовке к групповым занятиям обучающиеся изучают рекомендованную литературу, материалы лекций по соответствующей теме, дополняют лекционный материал.

Самостоятельная работа обучающихся направлена на закрепление и

углубление полученных знаний и навыков, поиска и приобретения новых знаний, а также выполнения учебных заданий, подготовки к предстоящим занятиям, текущему контролю успеваемости и промежуточной аттестации.

Текущий контроль успеваемости по образовательному модулю проводится в виде контрольных проверок в письменной и устной форме по пройденным темам.

Промежуточная аттестация по модулю проводится в виде зачета с оценкой в устной или письменной форме с отработкой практических заданий. Подготовка к аттестации проводится в часы самостоятельной работы обучающихся, а также вовремя консультаций преподавателей.

Модуль играет важную роль в подготовке обучающихся к военной службе, поскольку формирует теоретические знания, умения и навыки в организации повседневной деятельности военной службы, а также при решении задач, связанных с обеспечением и участия в боевых действиях.

При подготовке к учебным занятиям преподаватель углубленно изучает (повторяет) материалы занятий, методические разработки, подбирает требуемые примеры, разрабатывает планы проведения занятий, осуществляет подготовку необходимой учебно-материальной базы, используемых на учебных занятиях.

Достижение воспитательных целей на учебных занятиях осуществляется путем приведения одного, двух примеров, показывающих необходимость добросовестного отношения к вопросам освоения изучаемого материала.

Практические занятия по образовательному модулю направлены на формирование умений и навыков при практической отработке изученного материала методами повторения и упражнения.

При проведении групповых занятий излагаются систематизированные основы знаний по изучаемому модулю и обеспечивается раскрытие учебных вопросов с учетом современного состояния и перспектив развития ВС РФ. Устное изложение учебного материала сопровождается использованием элементов учебно-материальной базы и демонстрацией презентаций.

Самостоятельная работа обучающихся организуется в целях закрепления и углубления полученных знаний и навыков, а также выполнения учебных заданий, подготовки к предстоящим занятиям, текущему контролю и аттестации. Организация самостоятельной работы обучающихся, ее методическое обеспечение и контроль осуществляется преподавателем, проводившим занятие в этот день. В целях методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся, в заключительной части каждого учебного занятия, преподаватель ставит задачу на самостоятельную работу, с указанием источников информации.

Консультации проводятся регулярно в часы самостоятельной работы. Перед проведением промежуточной аттестации проводятся групповые консультации. В ходе групповой консультации рассматриваются наиболее сложные вопросы образовательного модуля, преподаватель отвечает на

вопросы обучающихся и доводит организационные моменты по проведению промежуточной аттестации.

Текущий контроль успеваемости по модулю проводится по пройденным темам в виде контрольных проверок в письменной и устной форме.

Промежуточную аттестацию по модулю рекомендуется проводить в виде зачета с оценкой в устной форме с отработкой практических заданий.

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Лекционная аудитория.
2. Специализированная аудитория «Общевоинские уставы».
3. Специализированная аудитория «Класс огневой подготовки».
4. Строевой плац.
5. Тир.
6. Ноутбук, интерактивная доска.
7. Магнитно-маркерная доска, маркеры.
8. Наглядные материалы (специализированные стенды, плакаты, видеофильмы, учебные пособия, презентации).
9. Учебное оружие АК-74, боеприпасы, ручные гранаты, массогабаритные макеты стрелкового оружия и гранат (согласно табеля вооружения, военной техники и военно-учебного имущества).

Таблица – Аудиторий дисциплины «Основы военной подготовки»

№ п\п	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельно й работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № 11 – помещение для групповых занятий, индивидуальны х и групповых консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1	ПО отсутствует
2	Аудитория № 12 – помещение для групповых занятий, индивидуальны х и групповых консультаций; текущего контроля и промежуточной	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 30; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела одноэлементная 120*90 см.	ПО отсутствует

	аттестации		
3	Аудитория № В1 – помещение для групповых занятий, индивидуальны х и групповых консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 22; для преподавателя – 1.	ПО отсутствует

12.ПРИЛОЖЕНИЕ

Примерная тематика рефератов

1. Россия в современном мире. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны.
2. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития Российской Федерации.
3. Цели, задачи, направления и формы военно-политической работы в подразделении, требования руководящих документов.
4. Лучшие русские стратеги и полководцы.
3. Русские полководцы. Краткие биографии полководцев Древней Руси, Московского царства (воевод, князей, царей) и полководцев Российской империи (генералов, адмиралов, фельдмаршалов и императоров) - "по хронологии".
5. Многополярный мир — система международного жизнеустройства.
6. Цели, задачи, направления и формы военно-политической работы в подразделении, требования руководящих документов.
7. Военная доктрина Российской Федерации. Законодательство Российской Федерации о прохождении военной службы. Основные положения Военной доктрины Российской Федерации.
8. Правовая основа воинской обязанности и военной службы. Понятие военной службы, ее виды и их характеристики. Обязанности граждан по воинскому учету.
9. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации, их основные требования и содержание.
10. Внутренний порядок и служба войск. Размещение военнослужащих.
11. Общие положения Устава гарнизонной и караульной службы.
12. Строевой Устав. Строевые приемы и движение без оружия. Строй и его элементы. Виды строя. Сигналы для управления строем. Команды и порядок их подачи. Обязанности командиров, военнослужащих перед построением и в строю. Строевой расчет. Строевая стойка.
13. Строевой Устав. Выполнение команд: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться». Повороты на месте. Строевой шаг.

Движение строевым шагом. Движение строевым шагом в составе подразделения. Повороты в движении. Движение в составе взвода. Управление подразделением в движении.
14. Основы, приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия. Требования безопасности при обращении со стрелковым оружием. Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке. Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.
15. Огневая подготовка. Назначение, боевые свойства, материальная часть и применение стрелкового оружия, ручных противотанковых гранатометов и ручных гранат. Назначение, состав, боевые свойства и порядок сборки разборки АК-74 и РПК-74.
16. Огневая подготовка. Назначение, состав, боевые свойства и порядок сборки разборки пистолета ПМ. Назначение, состав, боевые свойства РПГ-7. Назначение, боевые свойства и материальная часть ручных гранат. Сборка разборка пистолета ПМ и подготовка его к боевому применению. Сборка разборка АК-74, РПК-74 и подготовка их к боевому применению. Снаряжение магазинов и подготовка ручных гранат к боевому применению.
17. Огневая подготовка. Выполнение упражнений учебных стрельб из стрелкового оружия. Требования безопасности при организации и проведении стрельб из стрелкового оружия. Порядок выполнения упражнения учебных стрельб. Меры безопасности при проведении стрельб и проверка усвоения знаний и мер безопасности при обращении со стрелковым оружием. Выполнение норматива №1 курса стрельб из стрелкового оружия.
18. Вооруженные Силы Российской Федерации их состав и задачи. Виды и рода войск. Тактико-технические характеристики (ТТХ) основных образцов вооружения и техники ВС РФ.
19. Назначение, структура мотострелковых и танковых подразделений сухопутных войск, их задачи в бою. Боевое предназначение входящих в них подразделений. Тактико- технические характеристики основных образцов вооружения и техники ВС РФ.
20.Основы общевойскового боя. Сущность современного общевойскового боя, его характеристики и виды. Способы ведения современного общевойскового боя и средства вооруженной борьбы.
21. Основы инженерного обеспечения. Цели и основные задачи инженерного обеспечения частей и подразделений. Назначение, классификация инженерных боеприпасов, инженерных заграждений и их характеристики. Полевые фортификационные сооружения: окоп, траншея, ход сообщения, укрытия, убежища.
22. Организация воинских частей и подразделений, вооружение, боевая техника вероятного противника. Организация, вооружение, боевая техника подразделений мпб и тб армии США. Организация, вооружение, боевая техника подразделений мпб и тб армии Германии.
23. Ядерное, химическое, биологическое, зажигательное оружие. Ядерное оружие. Средства их применения. Поражающие факторы ядерного взрыва и

их воздействие на организм человека, вооружение, технику и фортификационные сооружения. Химическое оружие. Отравляющие вещества (ОВ) их назначение, классификация и воздействие на организм человека. Боевые, состояния, средства применения, признаки применения ОВ, их стойкость на местности. Биологическое оружие. Основные виды и поражающее действие. Средства применения, внешние признаки применения. Зажигательное оружие. Поражающие действия зажигательного оружия на личный состав, вооружение и военную технику, средства и способы защиты от него.

24. Радиационная, химическая и биологическая защита. Цель, задачи и мероприятия РХБ защиты. Мероприятия специальной обработки: дегазация, дезактивация, дезинфекция, санитарная обработка. Цели, и порядок проведения частичной и полной специальной обработки. Технические средства и приборы радиационной, химической и биологической защиты. Средства индивидуальной защиты и порядок их использования. Подгонка, и техническая проверка средств индивидуальной защиты.

25. Местность как элемент боевой обстановки. Измерения и ориентирование на местности без карты, движение по азимутам. Местность как элемент боевой обстановки. Способы ориентирования на местности без карты. Способы измерения расстояний. Движение по азимутам.

26. Топографические карты и их чтение, подготовка к работе. Определение координат объектов и целеуказания по карте. Геометрическая сущность, классификация и назначение топографических карт. Определение географических и прямоугольных координат объектов по карте. Целеуказание по карте.

27. Медицинское обеспечение войск (сил), первая медицинская помощь при ранениях, травмах и особых случаях. Медицинское обеспечение – как вид всестороннего обеспечения войск. Обязанности и оснащение должностных лиц медицинской службы тактического звена в бою. Общие правила оказания самопомощи и взаимопомощи.

28. Первая помощь при ранениях и травмах. Первая помощь при поражении отравляющими веществами, бактериологическими средствами. Содержание мероприятия доврачебной помощи.

Содержание реферата

1. Титульный лист.
2. Оглавление.
3. Введение.
4. Основная часть.
5. Заключение.
6. Список литературы.
7. Приложение (при необходимости).
8. Презентация доклада по реферату.

Титульный лист оформляется в соответствии с требованиями кафедры (образец прилагается).

В оглавлении приводятся наименования структурных частей реферата, глав и параграфов его основной части с указанием номера страницы, с которой начинается соответствующая часть, глава, параграф. Заголовка "ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ" в содержании реферата быть не должно.

Во введении дается общая характеристика реферата: обоснование темы, ее актуальность, значимость; перечисление вопросов, рассматриваемых в реферате; определение целей и задач работы; обзор источников литературы. Введение должно быть кратким (1-2 стр).

В основной части излагается содержание темы. Данную часть рекомендуется разделить на 2 - 4 вопроса, раскрывающих сущность проблемы. Увеличивать число вопросов не следует, так как это приведет к их поверхностной разработке или значительному превышению объема реферата. Содержание основной части должно точно соответствовать теме реферата и полностью её раскрывать (10-15 стр).

Обязательным для реферата является логическая связь между главами и последовательное развитие основной темы на протяжении всей работы, самостоятельное изложение материала, аргументированность выводов. Также обязательным является наличие в основной части реферата ссылок на использованные источники.

В заключении подводятся итоги и даются обобщенные основные выводы по теме реферата. Заключение должно кратко характеризовать решение всех поставленных во введении задач и достижение цели реферата. В заключении студент также может
изложить собственные впечатления и мнения, указать те проблемные вопросы, которые остались невыясненными и заслуживают дополнительного исследования (1-2 стр).

Список литературы является составной частью работы и отражает степень изученности рассматриваемой проблемы. Количество источников в списке определяется студентом самостоятельно, для реферата их должно быть не менее 5-7.

В приложения следует относить вспомогательный материал (таблицы, графики, схемы, инструкции, формы документов и т.п.).

При написании реферата учитывать следующие моменты:

1. Реферат не копирует дословно книги и статьи.
2. Реферат не пишется по одному источнику и не является докладом.

При цитировании необходимо соблюдать следующие правила: текст цитаты заключается в кавычки и приводится без изменений, без произвольного сокращения цитируемого фрагмента (пропуск слов, предложений или абзацев допускается, если не влечет искажения всего фрагмента, и обозначается многоточием, которое ставится на месте пропуска) и без искажения смысла; каждая цитата должна сопровождаться

ссылкой на источник, библиографическое описание которого должно приводиться в соответствии с требованиями библиографических стандартов.

При оформлении реферата необходимо соблюдать следующие требования:

- реферат выполняется на листах А4, на одной стороне листа;
- шрифт – Times New Roman , размер 14;
- междустрочный интервал – 1,5;
- выравнивание по ширине страницы;
- отступ красной строки одинаковый по всему тексту 1,25;
- поля на странице: левое – 2 см, правое – 1 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см.

Все страницы работы нумеруются арабскими цифрами. Нумерация должна быть сквозной, от титульного до последнего листа текста. На титульном листе нумерация страниц *не проставляется*.

Заголовки разделов и подразделов печатать на отдельной строке с прописной буквы без точки в конце, не подчеркивая, выравнивание – по центру.

Каждый новый раздел, параграф начинается с новой страницы.

Критерии оценок

Оценка «5» ставится, если выполнены все требования к написанию реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Оценка «4» – основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Оценка «3» – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.

Оценка «2» – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание.

Титульный лист:

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра безопасности жизнедеятельности

РЕФЕРАТ

по дисциплине «ОСНОВЫ ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ»
на тему: «ОБЩЕВОИНСКИЕ УСТАВЫ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ИХ ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ И СОДЕРЖАНИЕ»

Выполнил: студент группы 2-3-22
Николаев И.А.

Проверил: преподаватель курса
Петров И.С.

Смоленск 2026

«СОГЛАСОВАНО»
Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»,

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТУРИЗМА И СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ТОПОГРАФИЯ И ОРИЕНТИРОВАНИЕ НА МЕСТНОСТИ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 1
Семестр – 1-2
Итоговая форма контроля – зачёт (2 семестр)

Рабочую программу разработали:
Брайцева В.А., к.п.н., доцент
Высоцкая Л.В., ст. преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта . 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объём дисциплины и виды учебной работы 6
5. Содержание дисциплины 6
5.1 Количество часов по видам занятий 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 7
5.2.1 Содержание практических занятий 7
6. Самостоятельная работа студентов 10
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 11
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 11
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 12
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 12
7.2.2 Тестовые задания 15
7.2.3 Вопросы к зачёту 17
7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи 18
8. Перечень основной и дополнительной литературы 23
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 24
9.1 Электронные библиотечные системы 24
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 24
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 26
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 28
12. Лицензионное программное обеспечение 29

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный Образовательный стандарт 3++ по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм (уровень бакалавриата), утверждён приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 943 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки», с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата, которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7 – способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

ПК-5 – способен осуществлять проведение занятий по физическому воспитанию;

ПК-6 – способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание.

	Соотнесённые профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания		
Методики проведения тренировочных занятий по общей физической подготовке и специальной подготовке занимающихся	05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-7, ПК-5, ПК-6
Методики проведения занятий по физическому воспитанию, оказанию практической помощи по вопросам физической подготовки	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»	УК-7, ПК-5, ПК-6
Основ методики воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности	01.001 «Педагог»	ПК-5
Основ организации и методики профессионального обучения, современных технологий практического обучения		ПК-5
Умения		

Владеть методами организации экскурсий, походов и экспедиций и т.п.	01.001 «Педагог»	УК-7, ПК-5, ПК-6
Проводить самостоятельно занятия по физическому воспитанию, тренировочные занятия, в том числе обучать в рамках утверждённых программ и методик физического воспитания навыкам и технике выполнения упражнений	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»; 05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-7, ПК-5, ПК-6
Использовать разнообразные формы, приёмы, методы и средства обучения	01.001 «Педагог»;	УК-7, ПК-5, ПК-6
Навыки и /или опыт деятельности		
Проведения учебных занятий по учебному предмету физическая культура, по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утверждённым программам, проведения туристских походов	01.001 «Педагог»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»; 05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-7, ПК-5, ПК-6
Планирования занятий по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утверждённым программам	01.001 «Педагог»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»; 05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-7, ПК-5, ПК-6

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к Блоку 1 части, формируемой участниками образовательных отношений разделу дисциплины (модули) по выбору образовательной программы (Б1.В.ДВ: Топография и ориентирование на местности). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля): зачёт. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: базовые виды физической культуры.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы		Всего часов	Семестры	
			1	2
Контактная работа преподавателя со студентами		14	10	4
Лекции				
Семинары				
Практические занятия		14	10	4
Лабораторные работы				
Промежуточная аттестация		зачёт		4
Самостоятельная работа		82	38	44
Общая трудоёмкость часы	**часы**	100	48	52
	ЗЕ			

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Наименование тем разделов	Кол-во часов	Лекционные занятия	Семинары	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа
1 семестр						
1. Понятие о топографической и спортивной картах	6	-	-	2	-	4
2. Условные знаки	12	-	-	2	-	10
3. Ориентирование по горизонту, азимут	12	-	-	2	-	10
4. Компас. Работа с ним.	12	-	-	2	-	10
5. Измерение расстояний	6	-	-	2	-	4
2 семестр						
1. Способы ориентирования.	24	-	-	2	-	22
2. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае ориентировки	24	-	-	2	-	22

ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ	4					
Всего часов	100	0	0	14	0	82

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание практических занятий

1 семестр

Занятие 1 (2 часа). Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния по карте.

Изучение темы направлено на приобретение знаний основ ориентирования на местности по карте и без неё.

Занятия 2 (2 часа). Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топознаков по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

Что такое рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонтали основные, утолщённые, полугоризонтали. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод.

Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования.

Определение условных знаков спортивных карт, общих топографических знаков, специальных топографических знаков.

Изучение темы направлено на приобретение знаний основ ориентирования на местности по карте и без неё.

Изучение темы направлено на приобретение умений использовать в профессиональной деятельности передовые приёмы обучения и воспитания.

Занятия 3 (2 часа). Ориентирование по Солнцу, Луне, звёздам, по местным признакам. Алгоритм снятия азимута на ориентир, по карте.

Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте.

Изучение темы направлено на приобретение знаний основ ориентирования на местности по карте и без неё; факторов, определяющие

профессиональное мастерство, специалиста по спортивно-оздоровительному туризму.

Изучение темы направлено на приобретение умений определять цели и задачи туристской деятельности как факторов гармоничного развития личности; использовать в профессиональной деятельности передовые приёмы обучения и воспитания; использовать весь арсенал знаний по вопросам ориентирования на местности в естественных условиях

Занятия 4 (2 часа). Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков.

Изучение темы направлено на приобретение знаний основ ориентирования на местности по карте и без неё; факторов, определяющие профессиональное мастерство, специалиста по спортивно-оздоровительному туризму; санитарно-гигиенических основы деятельности в сфере туризма, профилактику травматизма.

Изучение темы направлено на приобретение умений определять цели и задачи туристской деятельности как факторов гармоничного развития личности; использовать в профессиональной деятельности передовые приёмы обучения и воспитания; использовать весь арсенал знаний по вопросам ориентирования на местности в естественных условиях.

Занятия 5 (2 часа). Измерение своего среднего шага (пары шагов), построения графиков перевода пар шагов в метры для различных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени.

Изучение темы направлено на приобретение знаний основ ориентирования на местности по карте и без неё; факторов, определяющие профессиональное мастерство, специалиста по спортивно-оздоровительному туризму; санитарно-гигиенических основы деятельности в сфере туризма, профилактику травматизма.

Изучение темы направлено на приобретение умений определять цели и задачи туристской деятельности как факторов гармоничного развития личности; использовать в профессиональной деятельности передовые приёмы обучения и воспитания; использовать весь арсенал знаний по вопросам ориентирования на местности в естественных условиях.

2 семестр

Занятия 6 (2 часа). Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейные, точечные, звуковой ориентир, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути).

Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Занятия по прохождению мини-маршрута, движение по легенде.

Преодоление дистанции в заданном направлении, по выбору (2 варианта), маркированная трасса.

Изучение темы направлено на приобретение знаний основ ориентирования на местности по карте и без неё; факторов, определяющие профессиональное мастерство, специалиста по спортивно-оздоровительному туризму; санитарно-гигиенических основы деятельности в сфере туризма, профилактику травматизма.

Изучение темы направлено на приобретение умений определять цели и задачи туристской деятельности как факторов гармоничного развития личности; использовать в профессиональной деятельности передовые приёмы обучения и воспитания; использовать весь арсенал знаний по вопросам ориентирования на местности в естественных условиях.

Изучение темы направлено на приобретение опыта обобщения и использования информации в области туризма, приёмами агитационно-пропагандистской работы по вовлечению населения к занятиям физкультурно-рекреационной и туристской деятельности; умениями использовать полученную информацию при построении и планировании занятий; методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в области рекреации, туризма и краеведения приёмами агитационно-пропагандистской работой по вовлечению населения к занятиям физкультурно-рекреационной и туристско-краеведческой деятельности

Занятия 7 (2 часа). Суточное движение Солнца по небосводу, средняя градусная скорость его движения. Определение азимута по Солнцу в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, её нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов.

Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных ориентиров, о выходе к ближайшему жилью.

Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, Солнцу, Луне, Полярной звезде.

Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий восстановления местонахождения.

Изучение темы направлено на приобретение знаний основ ориентирования на местности по карте и без неё; факторов, определяющие профессиональное мастерство, специалиста по спортивно-оздоровительному туризму; санитарно-гигиенических основы деятельности в сфере туризма, профилактику травматизма.

Изучение темы направлено на приобретение умений определять цели и задачи туристской деятельности как факторов гармоничного развития личности; использовать в профессиональной деятельности передовые приёмы обучения и воспитания; использовать весь арсенал знаний по вопросам ориентирования на местности в естественных условиях.

6. Самостоятельная работа студентов

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
1 семестр			
Копирование на кальку участка топографической карты.	10	Практическое занятие	1 семестр
Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния по карте	10	Конспект	1 семестр
Зарисовка условных знаков спортивных карт, общих топографических знаков, специальных топографических знаков.	10	Практическое занятие	1 семестр
Топографический диктант	4	Письменная работа	1 семестр
Определение расстояния до недоступного предмета	4	Практическое занятие	1 семестр
2 семестр			
Строение компасов различного типа и назначения, способы их применения, особенности использования в туристской практике.	10	Реферат	2 семестр
Измерение длины соревновательной дистанции: длина дистанции, длина пройденного пути, длина	10	Практическое занятие	2 семестр

оптимального пути движения.			
Виды ориентирования на местности	10	Реферат	2 семестр
Ориентирование без карты и компаса	14	Реферат	2 семестр
Итого	82		

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-7 способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; ПК-5 – способен осуществлять проведение занятий по физическому воспитанию ПК-6 – способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая	*01.001 «Педагог»:* А/02.6 – Воспитательная функция; А/03.6 – Развивающая деятельность; *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»:* А/01.4 – Планирование, организация и проведение занятий по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утверждённым программам; А/02.4 – Проведение спортивно-оздоровительной работы; *05.003 «Тренер»:* А/03.5 – Подготовка, проведение и анализ результатов мероприятий начальной подготовки по виду спорта и воспитательной работы со спортсменами; В/03.6 – Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся; *05.012 «Тренер-преподаватель»:* А/02.5 – Проведение тренировочных занятий по общей физической подготовке и специальной подготовке занимающихся	Знает (пороговый уровень): – основные положения теории и методики проведения занятия по физическому воспитанию; Умеет (стандартный уровень): - разрабатывать документацию для проведения занятий по физическому воспитанию; - проводить практические и теоретических занятия по физическому воспитанию; - проводить учебно-тренировочные занятия; - организовывать туристские походы; Владеет опытом (эталонный уровень): - подготовки и проведения занятия по физическому воспитанию; - проведения учебно-тренировочных занятий по развитию физических качеств; - прохождения туристского похода.

закаливание, массаж, правильное питание.		

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Промежуточная аттестация: зачёт – 2 семестр.

Критерии оценивания компетенций (результатов)

Оценивается по 4-хбалльной шкале. В критерии оценки компетенций по экзамену входят:

1.уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;

2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;

3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;

4. ответы на дополнительные вопросы.

При проектировании ожидаемых результатов следует предусмотреть различные *уровни оценки ожидаемых результатов:*

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Примерный перечень оценочных средств в соответствии с иерархией целей по Блуму

№	Уровень сложности	Глаголы для формулировки заданий	Оценочные средства
1.	Знание	Цитировать, перечислить, дать определение, изобразить,	Тест Опрос устный

		идентифицировать, составить список, назвать, указать, записать, повторить, выбрать, сформулировать, свести в таблицу, рассказать, воспроизвести, упорядочить, соотнести, отметить	Письменные ответы на вопросы Собеседование (индивидуальное, групповое) Коллоквиум Портфолио-коллектор (накопительное)
2.	Понимание	Определить, выделить, объяснить, находить различия, характеризовать, обсуждать, рассматривать в деталях, сделать сообщение, интерпретировать, сделать обзор, связать, уточнить, построить, преобразовать, расшифровать, выразить, переформулировать, рецензировать, привести примеры, описать	Тест Решение типовых ситуаций Эссе Портфолио оценочный
3	Применение	Применять, рассчитать, классифицировать, демонстрировать, доказать, инсценировать, модифицировать, исследовать, изменить, иллюстрировать, интерпретировать, разработать, упорядочивать выполнять, использовать, обнаруживать, устанавливать, завершить, составить (отчет, план, график и т.п.), решать (задачу, проблему), раскрыть	Наблюдение Кейс-задания Игра ролевая Компетентсностно-ориентированные задания(КОЗ) Практические контрольные задания (ПКЗ) Портфолио достижений Тренажер Расчетно-графическая работа Метод Дельфи («мозговой атаки»)
4	Анализ	Анализировать, оценивать, сравнить, распределять по категориям(категорировать), полемизировать, оспаривать, вывести, подразделить, изобразить схематически, различать, (проводить различие), находить различия, исследовать, изучать, применять, осуществлять эксперимент, идентифицировать, собрать сведения, резюмировать, выделять, отсеять, отсортировать, измерить, разделить	Кейс-задание Игра организационно-мыслительная Реферат Портфолио Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты Проект
5	Синтез	Систематизировать, собирать (монтировать), осуществить компиляцию, производить сборку, сочинять (писать), конструировать (придумывать), создавать, производить, разрабатывать модель, алгоритмизировать, управлять, организовать, спланировать, подготовить, предлагать, изобретать, обобщать, компоновать, строить, интегрировать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Профессионально-исследовательские задания (ПИЗ) Портфолио Проект

6	Оценка	осуществлять оценку, убедить, выбрать, сравнивать и находить отличия, критиковать, определять (устанавливать, принимать решение), определять стоимость, составлять мнение, градировать (разбивать на этапы), сделать вывод, соизмерять (соотносить), осуществлять ранжирование, рекомендовать (предлагать), проверять (исправлять, видоизменять), обосновать, составить мнение, прогнозировать, защищать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Портфолио Проект

Описание шкалы оценивания

Отметка «отлично» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные, заданные экзаменатором;

- студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями;

- при ответе на вопросы используются данные из дополнительной литературы;

- ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения;

- студент демонстрирует умение вести научную дискуссию.

Отметка «хорошо» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определённые затруднения в ответе на уточняющие вопросы;

– в ответе имеют место несущественные фактические неточности;

- недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов билета;

– в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

– знания имеют фрагментарный характер, имеются определённые неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;

– при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки;

– студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

– не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;

– допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;

– студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;

– в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;

– на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или даёт неверные ответы.

Задания в рамках индикаторов достижения компетенций оцениваются в процессе текущего контроля и являются обязательными в соответствии с утверждёнными в образовательной организации порядком промежуточной аттестации (как допуск к зачёту).

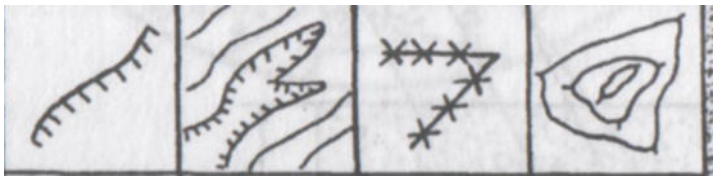
7.2.2 Тестовые задания

Тестовые задания для студентов направления
«Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
по дисциплине «Топография и ориентирование на местности»

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, который является правильным ответом

1. Топография – это
   а. – наука, которая занимается изучением местности с целью составления карт и планов ее;
   б. – дисциплина, которая занимается рисовкой карт;
   в. – предмет, который наносится на лист картографического материала при рисовки карт;
   г. – наука, которая занимается – изменением местности, согласно картографическому материалу.
2. Какой масштаб крупнее:
   а. – М 1: 10000;
   б. – М 1: 250000;
   в. – М 1: 7500;
   г. – М 1: 1000000.
3. Расстояние между двумя точками на карте пятидесятитысячного масштаба равно 12,6 см. Какое расстояние между этими точками на местности:
   а. – 3150 м
   б. – 6300 м
   в. – 9450 м
   г. – 12600 м

4. Дано направление – ЮЗ. Какое получиться направление, если от него отнять 90°:
   а. – СЗ;
   б. – ЮВ;
   в. – СВ;
   г. – Ю.
5. Карта масштаба М 1:25000, к какому виду эта карта относится:
   а. – микромасштабная;
   б. – мелкомасштабная;
   в. – среднемасштабная;
   г. – крупномаштабная
6. Исключить лишний знак:



а б в г

7. Способы определения сторон горизонта:
   а. – по времени пробуждения птиц;
   б. – по Солнцу и звёздам;
   в. – по растениям и поведению животных;
   г. – по рельефу, почвам, ветру, снегу.
8. Азимут – это:
   а. – это фигура, образованная двумя лучами, исходящими из одной точки
   б. – это угол, образованный направлением на север и направлением на ориентир;
   в. – это угол, делящий азимутальное кольцо пополам;
   г. – это фигура, образованная двумя основными направлениями.
9. Наблюдатель стоит лицом на запад. Какая у него сторона горизонта слева
   а. – север;
   б. – юг;
   в. – восток;
   г. – запад.
10. Прибор для измерения расстояния по карте:
   а. – линейметр;
   б. – картометр;
   в. – курвиметр;
   г. – приборометр.

Ответы на вопросы для студентов направления
«Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
по дисциплине «Топография и ориентирование на местности»

1. – а 2. – в;

3. – б;
4. – б;
5. – г;
6. – в;
7. – б;
8. – б;
9. – б;
10. – в.

7.2.3 Вопросы к зачёту

ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ ДЛЯ СТУДЕНТОВ НАПРАВЛЕНИЯ «РЕКРЕАЦИЯ И СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ» ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ТОПОГРАФИЯ И ОРИЕНТИРОВАНИЕ НА МЕСТНОСТИ»:

1. Определение понятий «топография», «топографическая карта», «спортивная карта».
2. Понятия «ориентирование карты», «опознание ориентиров», «определение точки стояния», «сличение карты с местностью».
3. История возникновения и развития спортивного ориентирования.
4. История развития спортивной и туристской карты.
5. Виды спортивного ориентирования и их краткая характеристика.
6. Смысл и содержание туристского ориентирования.
7. Особенности и отличия спортивной карты от топографической карты
8. Психологическая подготовка спортсмена - ориентировщика.
9. Психологическая подготовка туриста - походника.
10. Виды спортивного ориентирования и их краткая характеристика.
11. Классификация и назначение топографических карт.
12. Виды топографических карт и их масштабы.
13. Понятие номенклатуры. Разграфка карт.
14. Использование условных знаков спортивных карт, общих топографических и специальных топографических знаков в туристской практике.
15. Рельеф и способы его изображения. Понятия сечения рельефа и набор высоты.
16. Ориентирование на местности по Солнцу, по Полярной звезде, по Луне, по Звездам.
17. Ориентирование на местности по местным предметам, в различных условиях.
18. Ориентирование по легенде, движение по абрису, маршрутной ленте.
19. Компас. Строение компаса. Правила обращения с компасом.
20. Алгоритм снятия азимута на ориентир и по карте. Понятие азимутальный ход.
21. Рогейн и его характеристика.
22. Определение расстояний: по слышимости звука, глазомерное определение расстояний, при помощи пар шагов, геометрический

способ измерения расстояний, при помощи курвиметра.
23. Использование GPS-навигаторов в туристской практике.
24. Понятие «Роза ветров» и ее применение в туристской практике.
25. Действия туриста и спортсмена ориентировщика в случае потери ориентировки.

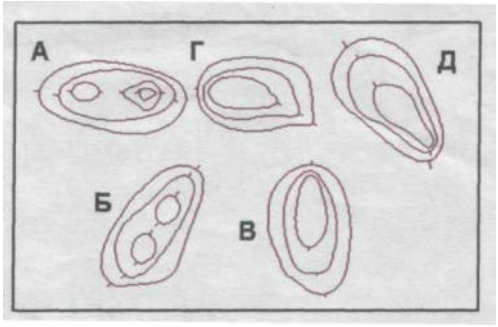
7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи

1. Какой из двух данных масштабов крупнее?
   1:10 000 или 1:100 000?
2. Преобразовать численные масштабы в натуральный вид: а) 1:50000; б) 1:200000; в) 1:1000000.
3. Определить на учебной топографической карте с помощью полоски бумаги и линейного масштаба расстояния между
   а) двумя заданными точками;
   б) между тремя заданными точками;
   в) то же по карте другого масштаба.
4. Расстояние между двумя точками на карте пятидесятитысячного масштаба равно 12,6 см. Вычислить расстояние между этими точками на местности.
5. Расстояние между двумя точками на карте стотысячного масштаба равно 7,8 см. Вычислить расстояние между этими точками на местности.
6. На местности от пункта «А» до пункта «Б» 5,5км. Какую длину будет иметь это расстояние на карте:
   а) масштаба 1:25000?
   б) масштаба 1:50000?
7. Дано направление — ЮЮЗ. Чему равно оно в градусах?
8. Дан азимут 315°. Какая это сторона горизонта?
9. Если к азимуту 45° прибавить угол равный 180°, какая получится сторона горизонта?
10. Дано направление — ЮЗ. Если от него отнять 90°, какое получится направление?
11. Наблюдатель стоит лицом на запад. Какая у него сторона горизонта слева? справа?
12. Определите сторону горизонта по сумме азимутов: 135° + 45° + 180° - 90° = ?
13. Наблюдатель докладывает: «Прямо перед собой вижу завод с трубой, справа — тригопункт, а справа-сзади наблюдаю хутор. Озеро находится точно на севере. Если повернуться к нему лицом, то хутор будет сзади». Определите азимут на завод с трубой и на тригопункт.
14. Нарисуйте условные спортивные топографические знаки, обозначающие рельеф, искусственные сооружения, растительность, гидрографию

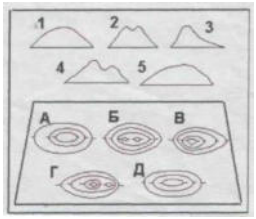
15. Нарисуйте судейские топографические знаки

ЗАДАНИЯ ПО ТЕМЕ «РЕЛЬЕФ»

Упражнение 1. Подберите к описанию графическое изображение рельефа:
а) холм с двумя вершинами, причем восточная выше западной;
б) холм с двумя одинаковыми вершинами;
в) холм с пологим спуском на юг;
г) холм с крутым западным склоном;
д) холм с пологим северо-западным склоном.



Упражнение 2. Ориентирования по силуэтам.
В океане 5 островов. Найдите соответствующие их силуэтам изображения на карте.



ЗАДАНИЯ ТОПОГРАФИЧЕСКОГО ДИКТАНТА

Первый маршрут

Описание фотографий

Кадр №1 Начало похода: группа туристов на железнодорожной платформе. Ребята надевают рюкзаки, готовятся в путь. В кадре видна часть павильона ж.-д. станции и конец ее названия — «...ино».

Кадр №2 Цепочка туристов движется по улице поселка. В правой части снимка виден пруд и церковь на его берегу.

Кадр №3 Группа расположилась на привал у опушки леса на углу вырубки возле грунтовой дороги.

Кадр №4 Сфотографирован хуторок на лесной поляне.

Кадр №5 Туристы идут по тропе вдоль узкой полосы кустарника.

Кадр №6 Привал. Справа в поле примерно в 150 м виден тригонометрический пункт (вышка)

Кадр №7 Ребята осматривают памятник, расположенный на обочине шоссе у края леса.

Кадр №8 Группа на плотине любуется видом водохранилища.

Кадр №9 Туристы, похоже, встали на ночлег в излучине реки. Видны палатки, костер, а метрах в 150 от них — металлическая опора высоковольтной ЛЭП. Длинные тени от освещенных предметов направлены влево.

Кадр №10 Поход продолжается. Цепочка туристов идет по грунтовой дороге вдоль изгороди фруктового сада. Туристы сфотографированы со спины (уходят от объектива), и в спину им светит солнце.

Кадр №11 Группа идет полевой дорогой. Слева от нее видна водонапорная башня, а за нею крыши изб деревни.

Кадр №12 Туристы, двигаясь по широкой лесной просеке вдоль ЛЭП, выходят на поляну с отдельно стоящими деревьями.

Кадр №13 Группа на привале на берегу большого озера. Рядом родник, оформленный в виде сказочной избушки, а за ним видна часовня.

Кадр №14 Группа идет по гати.

Кадр №15 Группа на поляне у домика лесника.

Кадр №16 Группа приближается по проселку к деревне. Слева вдоль дороги идет линия связи.

Кадр №17 Туристы на железнодорожной платформе в ожидании электрички.

Второй маршрут

Описание фотографий

Кадр №1 Начало похода, группа туристов на ж.-д. платформе. Надевают рюкзаки, готовятся в путь. В кадре видна часть павильона ж.-д. станции и конец ее названия: «...ино».

Кадр №2 Группа идет цепочкой по улице поселка, уходя от объектива (снята фотографом сзади). Слева впереди видна церковь. Туристы освещены солнцем справа.

Кадр №3 Первый привал? группа расположилась на опушке леса. Левую часть снимка занимает старый, «вековой» лес, а правую — светлый прогал. Это, очевидно, молодая поросль на старой вырубке. Солнце справа и чуть сзади объектива.

Кадр №4 Два туриста с компасом и картой стоят на развилке лесной дороги. Здесь сумеречно — солнце скрыто за деревьями. Видны две дороги, расходящиеся вправо и влево. Судя по жестам и позам проводников, они намерены вести группу по левой дороге.

Кадр №5 Цепочка туристов уходит от объектива вдоль по лесной просеке, насквозь освещаемой солнцем сзади. На дальнем плане видна поляна и на ней хутор.

Кадр №6 Сфотографирован памятник на обочине улучшенной грунтовой дороги.

Кадр №7 Туристы по бревнышку переходят через лесной ручей. В кадре слева — столб с проводами, идущими параллельно лесной тропе, выводящей к ручью.

Кадр №8 Туристы осматривают курганы, расположенные в лесу близ опушки.

Кадр №9 Группа переходит ручей по деревянному мостику и уходит вперед по лесной дороге.

Кадр №10 Привал на лесной вырубке.

Кадр №11 Туристы идут редколесьем по грунтовой дороге.

Кадр №12 Спуск по песчаному склону карьера. На заднем плане виден шоссейный мост через речку.

Кадр №13 Смеркается. Стоят палатки, горит костер. Видна широкая гладь водоема, на противоположном берегу которого деревня с церковью.

Кадр №14 На том же месте. Утро. Туристы готовятся в путь.

Кадр №15 Цепочка туристов идет вдоль зарослей камыша. Солнце светит туристам в спину.

Кадр №16 Туристы проходят мимо кирпичного завода.

Кадр №17 Туристы преодолевают склоны карьера.

Кадр №18 Цепочка туристов движется полем по проселочной дороге, обсаженной березами. Солнце освещает их справа. Впереди видна деревушка.

Кадр №19 Привал. Туристы осматривают глубокую впадину — карстовый провал. Вокруг лес.

Кадр №20 Широкая лесная поляна. Туристы пересекают ее на фоне тригонометрической вышки.

Кадр №21 Цепочка туристов пересекает шоссе около АЗС.

Кадр №22 Группа расположилась на привал у небольшого лесного озера.

Кадр №23 Туристы идут полевой грунтовой дорогой к поселку с водонапорной башней.

Кадр №24 Группа расположилась на железнодорожной платформе в ожидании поезда.

Третий маршрут

Описание фотографий

Кадр №1 Группа туристов уходит от объектива по обочине шоссе через деревню. Справа на снимке за крайней избой виден большой фруктовый сад. Солнце освещает группу слева.

Кадр №2 В поле какие-то длинные строения, а за забором около них много коров.

Кадр №3 Цепочка туристов шагает полевой грунтовой дорогой. Впереди на опушке леса виден продолговатый курган.

Кадр №4 Группа идет вдоль края сплошных зарослей кустарника.

Кадр №5 Привал в поле у большого камня-валуна.

Кадр №6 Сфотографирована вышка тригонометрического пункта на поляне.

Кадр №7 Туристы столпились в лесу, у края карстового провала. Рюкзаки лежат возле лесной тропы.

Кадр №8 Туристы в нерешительности остановились на перекрестке двух просек. Хорошо видно, что просеки вскоре кончаются — сквозь деревья просвечивают поля. Судя по позам туристов, они намерены пойти по просеке, имеющей заметный уклон вниз.

Кадр №9 Переправа вброд через речку. На другом берегу в конце просеки за редкими деревьями виднеется поле.

Кадр №10 Группа движется краем поля по опушке леса навстречу солнцу.

Кадр №11 Бивуак на берегу залива. Палатки стоят в лесу, костер — на луговине. На снимке видно, что залив узкой лентой среди лесов уходит далеко и там переходит в широкий разлив водохранилища.

Кадр №12 В кадре деревянный мост через речку. За ним видны лесная поляна и хутор.

Кадр №13 Туристы шагают навстречу солнцу лесной грунтовой дорогой. Впереди виднеется церковь, кресты кладбища, а за ними — избы деревни.

Кадр №14 Обочина шоссе. Туристы, сняв рюкзаки, осматривают какой-то памятник.

Кадр №15 Группа идет по плотине водохранилища.

Кадр №16 42 шоссейной дороги (видна проходящая автомашина) туристы сворачивают на грунтовую дорогу, разграничивающую лес и вырубку с редколесьем.

Кадр №17 Обеденный привал на луговине на берегу лесного ручья. В кадре виден квартальный столбик, обозначающий начало просеки. Здесь же проходит и тропа вдоль опушки леса. А чуть дальше виден широкий заболоченный луг.

Кадр №18 Туристы вышли на широкую лесную просеку, вдоль которой идет высоковольтная ЛЭП.

Кадр №19 Привал у часовни на берегу озера.

Кадр №20 Группа переходит ручей по пешеходному мостику.

Кадр №21 Туристы идут по улочке дачного поселка почти точно навстречу солнцу.

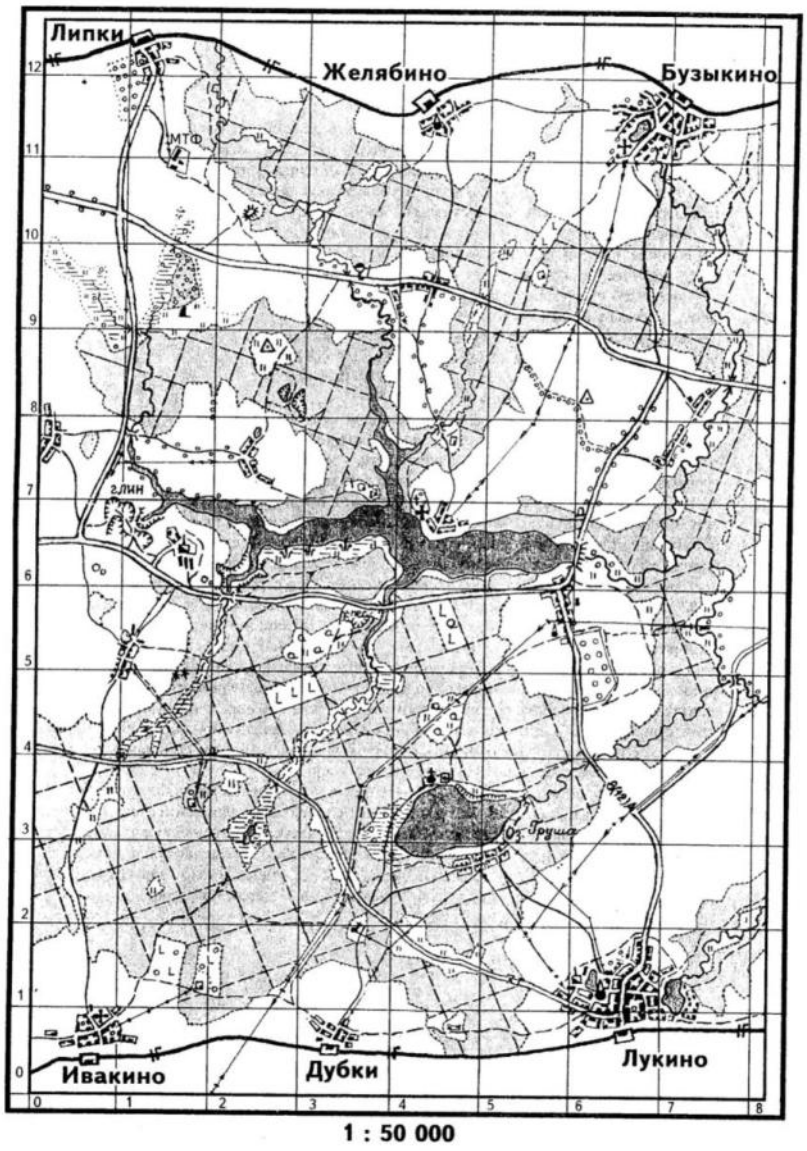
Кадр №22 Привал на узкой лесной просеке в том месте, где ее пересекает линия связи.

Кадр №23 Туристы выходят из леса по небольшой луговине и сворачивают налево по улучшенной грунтовой дороге.

Кадр №24 Цепочка туристов входит в поселок. На дальнем плане видна заводская труба и водонапорная башня.

Кадр №25 Группа на железнодорожной платформе в ожидании электрички.

КАРТА ПОХОДА



8. Перечень основной и дополнительной литературы

1. Вяткин, Л.А. Туризм и спортивное ориентирование: учебное пособие для студентов высших учебных педагогических учебных заведений / Л.А. Вяткин, Е.В. Сидорчук, Д.Н. Немытов. – М.: «Академия», 2010. – 208 с.

2. Константинов, Ю.С. Спортивно-оздоровительный туризм. Теория и практика / Ю.С. Константинов. – М.: Советский спорт, 2023. – 350 с.

3. Курченков, А. А. Спортивное ориентирование : условные знаки и легенды контрольных пунктов : учебное пособие : / А. А. Курченков, В. М. Суханов, С. В. Недомолкина ; науч. ред. Н. В. Тычинин ; Воронежский государственный университет инженерных технологий. – 2-е изд., доп. – Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2022. – 69 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=712755

4. Туризм и спортивное ориентирование : учебное пособие (курс лекций) : / авт.-сост. К. Г. Зеленский, А. В. Абрамов, Д. Н. Безлепкин ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [и др.]. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018. – 132 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=562693

5. Майоркина, И. В. Обучение младших школьников спортивному ориентированию : учебное пособие : [16+] / И. В. Майоркина, Д. А. Негодаев, Ф. В. Салугин ; Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2018. – 88 с. : табл., схем., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563031

6. Куликов, В.М. Топография и ориентирование в туристском путешествии / В.М. Куликов, Ю.С. Константинов. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2004. – 72 с.

7. Константинов, Ю.С. Спортивно-оздоровительный туризм. Теория и практика / Ю.С. Константинов. – М.: Советский спорт, 2023. – 350 с.

8. Федотов, Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник / Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков. – М.: Советский спорт, 2008. – 464 с.

9. Федотов, Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник / Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков. – М.: Советский спорт, 2003. – 328 с.

9. **Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины**

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru

4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru

5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к практическим занятиям

Практическое занятие – форма систематических учебных занятий, с помощью которых обучающиеся изучают тот или иной раздел определённой дисциплины, входящей в состав учебного плана. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

При подготовке к практическим занятиям следует использовать литературу. На практических занятиях приветствуется активное участие в обсуждении конкретных ситуаций, способность на основе полученных знаний находить наиболее эффективные решения поставленных проблем, уметь находить полезный дополнительный материал по тематике занятий.

Студенту рекомендуется следующая схема подготовки к занятию:

1. Проработать конспект лекций;
2. Прочитать литературу, рекомендованную по изучаемому разделу;
3. Ответить на вопросы плана семинарского занятия;
4. Выполнить домашнее задание;
5. Проработать тестовые задания и задачи;
6. При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

В процессе подготовки изучают рекомендованные преподавателем источники литературы, а также самостоятельно осуществляют поиск релевантной информации, а также могут собрать практический материал.

Рекомендации по проведению занятий по практической подготовке:

- определить целевые показатели - итоговые и промежуточные (текущие), по которым можно судить о реализации поставленных задач;
- разработать общую схему построения соревновательного и тренировочного процесса на различных этапах и циклах подготовки;

• определить динамику параметров тренировочных и соревновательных нагрузок, а также системы восстановления работоспособности, направленных на достижение главных и промежуточных целей.

Вся ответственность за безопасность занимающихся возлагается на преподавателей, непосредственно проводящих занятия с группой.

На первом занятии необходимо ознакомить занимающихся с правилами безопасности при проведении занятий.

Педагог обязан:

1. Производить построение и перекличку учебных групп перед занятиями с последующей регистрацией в журнале. Опоздавшие к занятиям не допускаются.
2. Не допускать увеличения числа занимающихся в каждой группе сверх установленной нормы на одного педагога.

Во время занятий преподаватель несёт ответственность за порядок в группе, жизнь и здоровье занимающихся.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);
• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);
• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список использованной литературы.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат заканчивается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15-20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Мультимедийное оборудование
2. Спортивное снаряжение
   - Рюкзак туристский

- Компас спортивный
- Курвиметр
- Карты спортивные
- Карты топографические
- Контрольные пункты (призмы)

3. Библиотечный фонд литературы
4. Аудиторный фонд

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»
Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»,

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТУРИЗМА И СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 2-3
Семестр – 4-5
Итоговая форма контроля – зачёт (5 семестр)

Рабочую программу разработали:
Брайцева В.А., к.п.н., доцент
Высоцкая Л.В., ст. преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта . 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 6
4. Объём дисциплины и виды учебной работы 6
5. Содержание дисциплины 6
5.1 Количество часов по видам занятий 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 7
6. Самостоятельная работа студентов 10
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 10
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 10
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 11
8. Перечень основной и дополнительной литературы 14
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 15
9.1 Электронные библиотечные системы 15
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные .. 15
справочные системы 15
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 16
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 19
12. Лицензионное программное обеспечение 20

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный Образовательный стандарт 3++ по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм (уровень бакалавриата), утверждён приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 943 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки», с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата, которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7 – способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
ПК-5 – способен осуществлять проведение занятий по физическому воспитанию;
ПК-6 – способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание.

	Соотнесённые профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания		
Методики проведения тренировочных занятий по общей физической подготовке и специальной подготовке занимающихся	05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-7, ПК-5, ПК-6
Методики проведения занятий по физическому воспитанию, оказанию практической помощи по вопросам физической подготовки	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	УК-7, ПК-5, ПК-6
Основ методики воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности	01.001 «Педагог»	ПК-5

Основ организации и методики профессионального обучения, современных технологий практического обучения		ПК-5
Умения		
Владеть методами организации различных видов деятельности: игровой, учебно-исследовательской и т.д.	01.001 «Педагог»	УК-7, ПК-5, ПК-6
Проводить самостоятельно занятия по физическому воспитанию, тренировочные занятия, в том числе обучать в рамках утверждённых программ и методик физического воспитания навыкам и технике выполнения упражнений	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»; 05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-7, ПК-5, ПК-6
Использовать разнообразные формы, приёмы, методы и средства обучения	01.001 «Педагог»;	УК-7, ПК-5, ПК-6
Навыки и /или опыт деятельности		
Проведения учебных занятий по учебному предмету физическая культура, по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утверждённым программам, проведения самостоятельных занятий	01.001 «Педагог»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»; 05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-7, ПК-5, ПК-6
Планирования занятий по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утверждённым программам	01.001 «Педагог»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»; 05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-7, ПК-5, ПК-6

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Прикладная физическая культура: общая физическая подготовка» относится к элективным дисциплинам (модулям) части, формируемой участниками образовательных отношений в ОПОП (Б1.В.ДВ). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2-3 курсах, 4-5 семестрах, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля: зачет. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: базовые виды физической культуры.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы		Всего часов	Семестры	
			4	5
Контактная работа преподавателя со студентами		12	8	4
Лекции				
Семинары				
Практические занятия		12	8	4
Лабораторные работы				
Промежуточная аттестация		зачёт		4
Самостоятельная работа		112	54	58
Общая трудоёмкость часы	**часы**	128	62	66
	ЗЕ			

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Наименование тем разделов	Кол-во часов	Лекционные занятия	Семинары	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа

4 семестр						
1. Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности	12	-	-	2	-	10
2.Методические основы занятий физическими упражнениями в процессе занятий	12	-	-	2	-	10
3.Самоконтроль в процессе занятий физическими упражнениями	12	-	-	2	-	10
4. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе	26	-	-	2	-	24
5 семестр						
5. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студента	30	-	-	2	-	28
6. Общая и специальная физическая подготовка	32	-	-	2	-	30
ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ	4	-	-	-	-	-
Всего часов	128			12		112

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание практических занятий

4 семестр

Занятие 1 (2 часа). Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности

Здоровье человека как ценность. Факторы его определяющие. Влияние образа жизни на здоровье. Здоровый образ жизни и его составляющие. Основные требования к организации здорового образа жизни. Роль и возможности физической культуры в обеспечении здоровья. Физическое самовоспитание и самосовершенствование при здоровом образе жизни. Критерии эффективности здорового образа жизни. Личное отношение к здоровью, общая культура как условие формирования здорового образа жизни.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, основах прикладной и общей физической подготовки, на овладение навыками практического использования полученных знаний.

Занятие 2 (2 часа). Методические основы занятий физическими упражнениями в процессе занятий

Мотивация и направленность занятий физическими упражнениями, их формы, структура и содержание. Планирование, организация и управление занятиями различной направленности. Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, основах прикладной и общей физической подготовки, на овладение навыками практического использования полученных знаний.

Занятие 3 (2 часа). Самоконтроль в процессе занятий физическими упражнениями

Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий. Особенности самостоятельных занятий, направленных на активный отдых, коррекцию физического развития и телосложения, акцентированное развитие отдельных физических качеств.

Врачебный и педагогический контроль. Самоконтроль, его основные методы и показатели. Дневник самоконтроля. Использование отдельных методов контроля при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, основах прикладной и общей физической подготовки, на овладение навыками практического использования полученных знаний.

***Занятие 4 (2 часа)*. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе**

Физические упражнения как основное средство разминки и развития физических способностей спортсмена-туриста. Смешанная разминка, разминка силового характера, разминка игрового характера, разминка скоростно-силового характера.

Упражнения для развития силовой выносливости: упражнения, выполняемые индивидуально и в парах, с преодолением собственного веса и с отягощением, упражнения на снарядах, тренажерах и приспособлениях, упражнения с преодолением внешнего сопротивления, веса предмета, противодействия партнера, бег по снегу, песку, воде.

Упражнения для развития гибкости: махи с постепенно увеличивающейся амплитудой, наклоны, упражнения на растягивание.

Упражнения для развития ловкости: применение необходимых исходных положений, «зеркальное» выполнение движений, изменение

скорости и темпа движений, изменение пространственных границ выполнения упражнений.

Упражнения для развития выносливости: бег по стадиону, асфальту, кроссовый бег, спортивные игры, пешие походы, плавание.

Упражнения для развития быстроты: бег на 30, 60, 100 метров, прыжковые упражнения, эстафеты, бег с внезапной сменой направления и т.п.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, основах прикладной и общей физической подготовки, на овладение навыками практического использования полученных знаний.

5 семестр

Занятие 5 (2 часа). Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студента

Определение понятия ППФП, её цели, задачи и средства. Место ППФП в системе подготовки будущего специалиста. Факторы, определяющие конкретное содержание ППФП. Методика подбора средств ППФП, организация и формы её проведения. Контроль за эффективностью ППФП студентов. Основные и дополнительные факторы, оказывающие влияние на содержание ППФП по избранной профессии. Основное содержание ППФП студента.

Профилактика профессиональных заболеваний средствами физической культуры. Дополнительные средства повышения общей и профессиональной работоспособности. Влияние индивидуальных особенностей при самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, основах прикладной и общей физической подготовки, на овладение навыками практического использования полученных знаний.

Занятие 6 (2 часов). Общая и специальная физическая подготовка

Физические упражнения как основное средство разминки и развития физических способностей спортсмена-туриста. Смешанная разминка, разминка силового характера, разминка игрового характера, разминка скоростно-силового характера.

Упражнения для развития силовой выносливости: упражнения, выполняемые индивидуально и в парах, с преодолением собственного веса и с отягощением, упражнения на снарядах, тренажерах и приспособлениях,

упражнения с преодолением внешнего сопротивления, веса предмета, противодействия партнера, бег по снегу, песку, воде.

Упражнения для развития гибкости: махи с постепенно увеличивающейся амплитудой, наклоны, упражнения на растягивание.

Упражнения для развития ловкости: применение необходимых исходных положений, «зеркальное» выполнение движений, изменение скорости и темпа движений, изменение пространственных границ выполнения упражнений.

Упражнения для развития выносливости: бег по стадиону, асфальту, кроссовый бег, спортивные игры, пешие походы, плавание.

Упражнения для развития быстроты: бег на 30, 60, 100 метров, прыжковые упражнения, эстафеты, бег с внезапной сменой направления и т.п.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных теоретических понятиях учебной дисциплины, основах прикладной и общей физической подготовки, на овладение навыками практического использования полученных знаний.

6. Самостоятельная работа студентов

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
4 семестр			
1. Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности	10	Опрос	4 семестр
2.Методические основы занятий физическими упражнениями в процессе занятий	10	Конспект	4 семестр
3.Самоконтроль в процессе занятий физическими упражнениями	10	Конспект	4 семестр
4. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе	24	Практическое занятие	4 семестр
5 семестр			
5. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студента	28	Реферат	5 семестр
6. Общая и специальная физическая подготовка	30	Практическое занятие	5 семестр
Итого	112		

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-7 способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; ПК-5 – способен осуществлять проведение занятий по физическому воспитанию ПК-6 – способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание.	*01.001 «Педагог»:* А/02.6 – Воспитательная функция; А/03.6 – Развивающая деятельность; *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* В/01.4 – Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке; В/02.4 – Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной медицине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях; *05.003 «Тренер»:* А/03.5 – Подготовка, проведение и анализ результатов мероприятий начальной подготовки по виду спорта и воспитательной работы со спортсменами; В/03.6 – Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся; *05.012 «Тренер-преподаватель»:* А/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; А/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; А/10.6 – Осуществление организации и судейства соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением	Знает (пороговый уровень): – основные положения теории и методики проведения занятия по физическому воспитанию; Умеет (стандартный уровень): - разрабатывать документацию для проведения занятий по физическому воспитанию; - проводить практические и теоретических занятия по физическому воспитанию; - проводить учебно-тренировочные занятия; Владеет опытом (эталонный уровень): - подготовки и проведения занятия по физическому воспитанию; - проведения учебно-тренировочных занятий по развитию физических качеств;

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

В процессе изучения учебной дисциплины применяются следующие формы контроля:

- текущий контроль качества усвоения знаний проводится регулярно в течение всех семестров;

- итоговый контроль качества усвоения знаний: знать теоретический материал в соответствии с программой, сдать зачёт по пройдённым темам. Зачёт – 5 семестр.

7.2.2 Тестовые задания

Зачётные требования за 2 курс

1. Выполнить в соответствии с программой требования по развитию физических качеств.

Норматив	Юноши	Девушки
Бег 100 м (с)	14,3	17,0
Приседания на одной ноге (кол-во раз)	5	2
Подтягивание на перекладине (кол-во раз) Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	8	 12
Кросс (мин) 3 км 1 км	14	 5
Кросс 8 км по пересеченной местности (мин)	Без времени	

2. Выполнить требования по овладению профессионально-педагогическими умениями и навыками: строевые команды, управление группой, объяснение и показ учебного материала.

Зачётные требования за 3 курс

1. Выполнить в соответствии с программой требования по развитию физических качеств.

Норматив	Юноши	Девушки
Бег 100 м (с)	14,0	16,30
Приседания на одной ноге (кол-во раз)	6	3
Подтягивание на перекладине (кол-во раз) Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	10	 16
Кросс (мин) 3 км 1 км	13,30	 4,30
Кросс 8 км по пересечённой местности (мин)	Без времени	

2. Выполнить требования по овладению профессионально-педагогическими умениями и навыками: строевые команды, управление группой, объяснение и показ учебного материала.

7.2.3 Вопросы к зачёту

1. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования. Цель и задачи физической культуры в вузе.
2. Формы физического воспитания студентов.
3. Понятие «физическая культура». Структура физической культуры.
4. Понятия «физическая подготовка», «физическая подготовленность» и «физическая готовность».
5. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
6. Функциональные возможности проявления здоровья в различных сферах жизнедеятельности.
7. Влияние образа жизни, окружающей среды, наследственности и здравоохранения на здоровье.
8. Содержательные особенности составляющих здорового образа жизни: режим труда, отдыха, питания, закаливания, профилактика вредных привычек.
9. Ценностные ориентации студентов на здоровый образ жизни.
10. Отражение здорового образа жизни в формах жизнедеятельности студентов.
11. Физическое самовоспитание и самосовершенствование как необходимое условие здорового образа жизни.
12. Характеристика физического и умственного труда. Взаимосвязь физической и умственной деятельности человека.
13. Двигательный режим, сочетание труда и отдыха. Виды отдыха.
14. Методические принципы физического воспитания.
15. Методы физического воспитания.
16. Физические упражнения как основное средство и метод физической культуры.
17. Физическое качество «сила» и методы ее воспитания.
18. Физическое качество «быстрота» и методы ее воспитания.
19. Физическое качество «выносливость» и методы ее воспитания.
20. Физическое качество «ловкость» и методы ее воспитания.
21. Физическое качество «гибкость» и методы ее воспитания.
22. Формы занятий физическими упражнениями.
23. Построение и структура учебно-тренировочного занятия. Общая и моторная плотность занятия.
24. Общая физическая подготовка (ОФП), ее цели и задачи.
25. Специальная физическая подготовка (СФП), ее цели и задачи.
26. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) как разновидность специальной физической подготовки.
27. Спортивная подготовка, ее цели и задачи.
28. Физическая подготовка.
29. Техническая подготовка.
30. Тактическая подготовка.
31. Психическая подготовка.
32. Цели и задачи врачебного контроля.

33. Методы проведения врачебного контроля.
34. Самоконтроль, его цели, задачи и методы исследования.
35. Дневник самоконтроля.
36. Формы и содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом.
37. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности.
38. Характер содержания самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом в зависимости от возраста.
39. Планирование и управление самостоятельными занятиями физическими упражнениями и спортом.
40. Особенности самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом для женщин.
41. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом.
42. Понятие «профессионально-прикладная физическая подготовка» (ППФП), ее цели и задачи.
43. Место ППФП в системе физического воспитания студентов.
44. Основные факторы, определяющие содержание ППФП студентов.
45. Методика подбора средств ППФП студентов.
46. Организация и формы ППФП студентов.
47. Формы, методы и средства ПФК в рабочее время.
48. Формы, методы и средства ПФК в свободное время.
49. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

1. Макеева, В.С. Теория и методика физической рекреации: учебное пособие / В.В. Бойко, В.С. Макеева. – М.: Советский спорт, 2014. – 152 с. – Режим доступа: http://rucont.ru/efd/279286.

2. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов : учебное пособие : [16+] / М. С. Эммерт, О. О. Фадина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова ; Омский государственный технический университет. – Омск : Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2017. – 112 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493420

3. Ериков, В. М., Физическая культура, спорт и здоровье в современном мире : сборник статей / В. М. Ериков. — Москва : Русайнс, 2021. — 240 с. — ISBN 978-5-4365-5866-0. — URL: https://book.ru/book/938916

4. Теория и методика физической рекреации: метод. рекомендации по практ. занятиям / И.В. Петрачева – М.: РГУФКСМиТ, 2018 – 74 с.: ил. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/671382.

5. Кусков, А.С. Основы туризма: учебник / А.С. Кусков, Ю.А. Джаладян. – М.: КноРус, 2016. – 396 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/918076.

6. Теория и методика спортивного туризма: учебник / ред.: В.А. Таймазов, ред.: Ю.Н. Федотов. – М.: Советский спорт, 2014. – 424 с.: ил. – Режим доступа: http://rucont.ru/efd/271139.

7. Федотов, Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник / Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков. – М.: Советский спорт, 2008. – 464 с.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru
4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к практическим занятиям

Практическое занятие – форма систематических учебных занятий, с помощью которых обучающиеся изучают тот или иной раздел определённой

дисциплины, входящей в состав учебного плана. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

При подготовке к практическим занятиям следует использовать литературу. На практических занятиях приветствуется активное участие в обсуждении конкретных ситуаций, способность на основе полученных знаний находить наиболее эффективные решения поставленных проблем, уметь находить полезный дополнительный материал по тематике занятий.

Студенту рекомендуется следующая схема подготовки к занятию:

1. Проработать конспект лекций;
2. Прочитать литературу, рекомендованную по изучаемому разделу;
3. Ответить на вопросы плана семинарского занятия;
4. Выполнить домашнее задание;
5. Проработать тестовые задания и задачи;
6. При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

В процессе подготовки изучают рекомендованные преподавателем источники литературы, а также самостоятельно осуществляют поиск релевантной информации, а также могут собрать практический материал.

Рекомендации по проведению занятий по практической подготовке:

- определить целевые показатели - итоговые и промежуточные (текущие), по которым можно судить о реализации поставленных задач;
- разработать общую схему построения соревновательного и тренировочного процесса на различных этапах и циклах подготовки;
- определить динамику параметров тренировочных и соревновательных нагрузок, а также системы восстановления работоспособности, направленных на достижение главных и промежуточных целей.

Вся ответственность за безопасность занимающихся возлагается на преподавателей, непосредственно проводящих занятия с группой.

На первом занятии необходимо ознакомить занимающихся с правилами безопасности при проведении занятий.

Педагог обязан:

1. Производить построение и перекличку учебных групп перед занятиями с последующей регистрацией в журнале. Опоздавшие к занятиям не допускаются.
2. Не допускать увеличения числа занимающихся в каждой группе сверх установленной нормы на одного педагога.

Во время занятий преподаватель несёт ответственность за порядок в группе, жизнь и здоровье занимающихся.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,

• оглавление,

• введение,

• основную часть,

• заключение,

• библиографический список использованной литературы.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат заканчивается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет

ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15-20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Спортивный зал
2. Легкоатлетический манеж
3. Библиотечный фонд литературы
4. Аудиторный фонд

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450

			компьютеров
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс»	16.08.2016	Интернет-браузер

	https://yandex.ru/legal/browser_agreement/		
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»
Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»,

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТУРИЗМА И СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

СПОРТИВНО-ПРИКЛАДНОЙ ТУРИЗМ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03«Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: заочная

Курс – 4-5
Семестр 8-9
Итоговая форма контроля – зачёт

Рабочую программу разработал:
Брайцева В.А., к.п.н., доцент

Смоленск 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объём дисциплины и виды учебной работы 5
5. Содержание дисциплины 6
5.1 Количество часов по видам занятий 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 6
5.2.1 Содержание практических занятий 6
6. Самостоятельная работа студентов 7
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 8
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 8
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 10
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 10
7.2.2 Вопросы к зачету 13
7.2.3 Тестовые задания 13
7.2.4 Кейс-задачи 23
8. Перечень основной и дополнительной литературы 31
8. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 33
8.1 Электронные библиотечные системы 33
8.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 33
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 35
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 36
12. Лицензионное программное обеспечение 37

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции,

отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7 – способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

ПК-5 – способен осуществлять проведение занятий по физическому воспитанию

	Соотнесённые профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания		
Методики проведения занятий по общей физической подготовке и специальной подготовке занимающихся	05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-7, ПК-5
Методики проведения занятий по физическому воспитанию, оказанию практической помощи по вопросам физической подготовки	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» 33.023 «Инструктор-проводник»	УК-7, ПК-5
Основ методики воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности	01.001 «Педагог»	ПК-5
Правила обслуживания и ремонта спортивного оборудования и инвентаря	05.009 «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования»	УК-7, ПК-5
Умения		
Владеть методами организации экскурсий, походов и экспедиций и т.п.	01.001 «Педагог»	УК-7, ПК-5
Проводить самостоятельно занятия по физическому воспитанию, тренировочные занятия, в том числе обучать в рамках утверждённых программ и методик физического воспитания навыкам и технике выполнения упражнений	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;	УК-7, ПК-5

	05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»	
Использовать разнообразные формы, приёмы, методы и средства обучения	01.001 «Педагог»;	УК-7, ПК-5
Проводить оценку состояния спортивного и технологического оборудования, спортивной техники, инвентаря, экипировки	05.009 «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования»	УК-7, ПК-5
Навыки и /или опыт деятельности		
Проведения учебных занятий по учебному предмету физическая культура, по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утверждённым программам, проведения туристских походов	01.001 «Педагог»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»; 05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-7, ПК-5
Планирования занятий по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утверждённым программам	01.001 «Педагог»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»; 05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-7, ПК-5
Проверки технического состояния спортивного инвентаря и оборудования в соответствии с регламентом, выявления оборудования и инвентаря, требующего ремонта, опыта доступного ремонта снаряжения	05.009 «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования»	УК-7, ПК-5

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к Блоку 1 части, формируемой участниками профессиональных отношений, разделу дисциплин (модулей) по выбору. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4-5 курсе по заочной форме обучения. Вид аттестации зачет. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: анатомия и морфология человека, базовые виды физической культуры, дисциплины специализации.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Всего часов	Семестр
Контактная работа преподавателя со студентами	12	8, 9

Лекции	-	
Практические занятия	12	
Лабораторные работы	0	
Аттестация – зачёт	4	
Самостоятельная работа	84	
Общая трудоёмкость часы	100	

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Практические занятия	Самостоятельная работа
1	Туризм как средство физического воспитания	26	2	24
2	Правила поведения и техника безопасности на занятиях и соревнованиях	12	2	10
3	Воспитательная роль спортивного туризма	12	2	10
4	Организация туристского похода	46	6	40
	Аттестация – зачет	4		
	Всего часов	100	12	84

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание практических занятий

Занятие 1 (2 часа). Основные физические качества, необходимые туристу (сила, выносливость, быстрота). Ремонт туристского снаряжения и инвентаря.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по изучению основ планирования практических мероприятиях по спортивному туризму.

Изучение темы направлено на приобретение умений по организации практических занятий по туризму.

Изучение темы направлено на приобретение опыта проведения практических занятий с элементами спортивного туризма.

Изучение темы направлено на формирование универсальной компетенции УК-7, профессиональной компетенции ПК-5.

Занятие 2 (часа). Действия я в случае потери ориентировки. Международные знаки «Земля-Воздух».

Изучение темы направлено на приобретение знаний правил поведения и безопасному проведению мероприятий по туризму.

Изучение темы направлено на приобретение умений и опыта действовать в экстремальной ситуации.

Изучение темы направлено на формирование универсальной компетенции УК-7, профессиональной компетенции ПК-5.

Занятие 3 (2 часа). Разработка краеведческих заданий для проведения соревнований по экскурсионному ориентированию. Изучение темы направлено на приобретение знаний по технологии подготовки теоретических заданий в туристских соревнованиях.

Изучение темы направлено на приобретение умений планировать туристские мероприятия с учетом экологической ситуации.

Изучение темы направлено на приобретение опыта проведения соревнований.

Изучение темы направлено на формирование универсальной компетенции УК-7, профессиональной компетенции ПК-5.

Занятия 4-6 (6 часов). Проведение похода выходного дня.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по подготовке к походу.

Изучение темы направлено на приобретение умений по проведению похода выходного дня.

Изучение темы направлено на приобретение опыта проведения туристского похода.

Изучение темы направлено на формирование универсальной компетенции УК-7, профессиональной компетенции ПК-5.

6. Самостоятельная работа студентов

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Техника безопасности при проведении туристских мероприятиях	24	конспект	8 семестр
Проведение соревнований по туризму и ориентированию с учетом природоохранных мероприятий	10	устный ответ	8 семестр
Физическая подготовка туриста	10	дневник тренировок	8 семестр
Специфика организации туристского похода краеведческой направленности	40	реферат	9 семестр

Итого	84		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;
4. Работа с материалами УМК.

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат. В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-7	*01.001 «Педагог»:*	Знает (пороговый уровень):

способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; ПК-5 – способен осуществлять проведение занятий по физическому воспитанию; ПК-6 – способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание.	A/02.6 – Воспитательная функция; A/03.6 – Развивающая деятельность; *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* B/01.4 – выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке; B/02.4 – выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по виду спорта без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях *05.003 «Тренер»:* A/03.5 – Подготовка, проведение и анализ результатов мероприятий начальной подготовки по виду спорта и воспитательной работы со спортсменами; B/03.6 – Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся; *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; A/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; A/07.6 – Проведение профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом *33.023 «Инструктор-проводник»:* A/01.5 – Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом *05.009 «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования»:* A/02.5 – Техническое обслуживание спортивного и технологического оборудования, спортивной техники, инвентаря, экипировки; A/03.5 – Ремонт спортивного и технологического оборудования, спортивной техники и инвентаря	– основные положения теории и методики проведения занятия по физическому воспитанию; Умеет (стандартный уровень): - разрабатывать документацию для проведения занятий по физическому воспитанию; - проводить практические и теоретических занятия по физическому воспитанию; - проводить учебно-тренировочные занятия; - организовывать туристские походы; Владеет опытом (эталонный уровень): - подготовки и проведения занятия по физическому воспитанию; - проведения учебно-тренировочных занятий по развитию физических качеств; - прохождения туристского похода.

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Промежуточная аттестация: зачет – 9 семестр.

Критерии оценивания компетенций (результатов)

Оценивается по 4-хбалльной шкале. В критерии оценки компетенций по экзамену входят:

1.уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;

2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;

3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;

4. ответы на дополнительные вопросы.

При проектировании ожидаемых результатов следует предусмотреть различные *уровни оценки ожидаемых результатов:*

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Примерный перечень оценочных средств в соответствии с иерархией целей по Блуму

№	Уровень сложности	Глаголы для формулировки заданий	Оценочные средства
1.	Знание	Цитировать, перечислить, дать определение, изобразить, идентифицировать, составить список, назвать, указать, записать, повторить, выбрать, сформулировать, свести в таблицу, рассказать, воспроизвести, упорядочить, соотнести, отметить	Тест Опрос устный Письменные ответы на вопросы Собеседование (индивидуальное, групповое) Коллоквиум Портфолио-коллектор (накопительное)

2.	Понимание	Определить, выделить, объяснить, находить различия, характеризовать, обсуждать, рассматривать в деталях, сделать сообщение, интерпретировать, сделать обзор, связать, уточнить, построить, преобразовать, расшифровать, выразить, переформулировать, рецензировать, привести примеры, описать	Тест Решение типовых ситуаций Эссе Портфолио оценочный
3	Применение	Применять, рассчитать, классифицировать, демонстрировать, доказать, инсценировать, модифицировать, исследовать, изменить, иллюстрировать, интерпретировать, разработать, упорядочивать выполнять, использовать, обнаруживать, устанавливать, завершить, составить (отчет, план, график и т.п.), решать (задачу, проблему), раскрыть	Наблюдение Кейс-задания Игра ролевая Компетентсностно-ориентированные задания(КОЗ) Практические контрольные задания (ПКЗ) Портфолио достижений Тренажер Расчетно-графическая работа Метод Дельфи («мозговой атаки»)
4	Анализ	Анализировать, оценивать, сравнить, распределять по категориям(категорировать), полемизировать, оспаривать, вывести, подразделить, изобразить схематически, различать, (проводить различие), находить различия, исследовать, изучать, применять, осуществлять эксперимент, идентифицировать, собрать сведения, резюмировать, выделять, отсеять, отсортировать, измерить, разделить	Кейс-задание Игра организационно-мыслительная Реферат Портфолио Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты Проект
5	Синтез	Систематизировать, собирать (монтировать), осуществить компиляцию, производить сборку, сочинять (писать), конструировать (придумывать), создавать, производить, разрабатывать модель, алгоритмизировать, управлять, организовать, спланировать, подготовить, предлагать, изобретать, обобщать, компоновать, строить, интегрировать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Профессионально-исследовательские задания (ПИЗ) Портфолио Проект
6	Оценка	осуществлять оценку, убедить, выбрать, сравнивать и находить отличия, критиковать, определять (устанавливать, принимать решение), определять стоимость, составлять мнение, градировать (разбивать на этапы), сделать вывод, соизмерять	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Портфолио Проект

		(соотносить), осуществлять ранжирование, рекомендовать (предлагать), проверять (исправлять, видоизменять), обосновать, составить мнение, прогнозировать, защищать	

Описание шкалы оценивания

Отметка «отлично» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные, заданные экзаменатором;

- студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями;

- при ответе на вопросы используются данные из дополнительной литературы;

- ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения;

- студент демонстрирует умение вести научную дискуссию.

Отметка «хорошо» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определённые затруднения в ответе на уточняющие вопросы;

– в ответе имеют место несущественные фактические неточности;

- недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов билета;

– в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

– знания имеют фрагментарный характер, имеются определённые неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;

– при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки;

– студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

– не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;

– допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;

– студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;

– в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;

– на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или даёт неверные ответы.

Задания в рамках индикаторов достижения компетенций оцениваются в процессе текущего контроля и являются обязательными в соответствии с утверждёнными в образовательной организации порядком промежуточной аттестации (как допуск к зачёту).

7.2.2 Вопросы к зачету для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Спортивно-прикладной туризм»

1. Основные задачи, принципы, методы и средства спортивных тренировок туристов
2. Основы безопасности в походах и соревнованиях
3. Оказание первой доврачебной помощи в спортивном туризме
4. Использование лечебных растений в туристской практике
5. Техника и тактика ориентирования на местности
6. Оборудование и инвентарь для ориентирования
7. Оборудование и инвентарь для туризма
8. Организация туристских маршрутов
9. Организация походов выходного дня
10. Экстремальные ситуации в походах и соревнованиях

7.2.3 Тестовые задания для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Спортивно-прикладной туризм»

(Тест должен включать не менее 1 вопроса из 1-го раздела, не менее 3 вопросов из 2-го раздела и не менее 2 вопросов из 3-го раздела)

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, который является правильным ответом

1 СНАРЯЖЕНИЕ.

1.1 Какого диаметра должны быть рабочие веревки, применяемые для организации страховки, перил и сопровождения?

a. не менее 6 мм;
b. не менее 8 мм;
c. не менее 10 мм.

1.2 Что является двойной веревкой?

a. сдвоенная (т.е. сложенная вдвое), но имеющая во всех нагружаемых сечениях две ветви;
b. две отдельные веревки;
c. все перечисленное.

1.3 Где могут применяться карабины без муфт?

a. для организации промежуточных точек страховки;
b. для транспортировки груза;

c. для организация страховки (самостраховки).

1.4 Какое суммарное количество шкивов может быть использовано в полиспасте?

a. не должно превышать 4 штуки;

b. не должно превышать 5 штук;

c. не должно превышать 6 штук;

d. не должно превышать 7 штук;

1.5 Веревкой какого диаметра должно производиться натяжение полиспастов?

a. не менее 4 мм;

b. не менее 6 мм;

c. не менее 8 мм;

d. не менее 10 мм.

1.6 Что можно использовать для блокировки грудной обвязки и беседки?

a. веревка диаметром не менее 10 мм;

b. двойная веревка диаметром не менее 6 мм;

c. равнопрочная стропа;

1.7 Какая максимальная длина самостраховки должна быть у участника?

a. 0,5 м;

b. 1,5 м;

c. 2 м.

1.8 В качестве чего могут быть использованы зажимы?

a. в качестве средства для организации движения по перилам;

b. в качестве элемента подключения полиспаста к натягиваемой веревке при организации перил;

c. для организации самостраховки при подъеме и спуске по перилам.

1.9 При выполнении каких технических приемов участник НЕ должен находиться в рукавицах?

a. при выполнении страховки;

b. при работе с сопровождающей веревкой при прохождении участниками бревна, параллельных перил и тонкого льда;

c. при торможении носилок, движущихся по навесной переправе;

d. при работе с веревкой при укладке бревна через преграду.

1.10 Чем можно заменить отсутствие рукавиц?

a. перчатками из плотной ткани;

b. ничем;

c. полами штормовки (куртки).

1.11 При работе на этапе, с какого момента участник должен находиться в каске?

a. с момента пристегивания участника к перильной веревке;

b. при начале работы с веревкой;

c. с момента пересечения границы этапа и до выхода из нее.

1.12 Чем обязательно должна быть оборудована каска?

a. номером участника;

b. названием команды;
c. шнуром-каскоулавливателем.

1.13 Что должен сделать участник в случае сползания или падения каски с головы?

a. закончить движение по этапу и надеть каску;
b. немедленно прекратить движение и надеть каску;
c. продолжить движение по этапу.

1.14 Какой узел нельзя применять для связывания концов веревки?

a. ткацкий;
b. прямой;
c. встречный;
d. штыковой;
e. .

1.15 Какой узел не является схватывающим?

a. пруссик;
b. австрийский;
c. брамшкотовый;
d. Бахмана.

1.16 Какой узел требует наличие контрольного узла?

a. встречный;
b. грейпвайн;
c. проводник-восьмерка;
d. проводник;
e. австрийский проводник.

1.17 Какой материал может использоваться для изготовления опорных петель?

a. стропы;
b. лямки от рюкзака;
c. отрезки основной веревки диаметром не менее 10 мм;
d. двойная веревка диаметром не менее 6 мм.

2 ОТДЕЛЬНЫЕ ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ

2.1 Какое расстояние должно быть между страхующей и сопровождающей веревками при переправе первого участника вброд?

a. не имеет значения;
b. не менее 1/3 ширины реки;
c. не менее 1/2 ширины реки.

2.2 Каким количеством участников должны удерживаться страховочная и сопровождающая веревки при переправе первого участника вброд?

a. не менее двух человек на каждую веревку;
b. не менее одного человека на каждую веревку;
c. всего одним человеком.

2.3 Должны ли быть закреплены концы страхующей и сопровождающей веревок при переправе первого участника вброд?

a. да;

b. нет;

2.4 Куда крепятся страховочные и сопровождающие веревки при переправе первого участника вброд?

a. в беседочный карабин;

b. в грудное перекрестье участника;

c. в скользящий карабин в боковую часть страховочного пояса.

2.5 Может ли участник, переправляющийся вброд первым, двигаться с рюкзаком?

a. может;

b. не может;

c. может, но с пустым.

2.6 Как должна осуществляться переправа первого участника по тонкому льду?

a. без лыж, руки вынуты из темляков лыжных палок;

b. на лыжах, крепления расслаблены, руки вынуты из темляков лыжных палок;

c. на лыжах, крепления застегнуты, руки в темляках лыжных палок.

2.7 При каком расстоянии от бревна до поверхности воды первому участнику, переправляющемуся через реку по бревну, должна быть обеспечена судейская страховка?

a. 1 м;

b. 2 м;

c. 3 м;

2.8 Может ли первый участник, переправляющийся через реку по бревну, двигаться сидя на бревне?

a. может;

b. не может;

2.9 Как должна быть организована страховка при переправе первого участника через сухой овраг (каньон) по дну и по бревну?

a. с рук;

b. через опорную точку;

c. через беседочный карабин страховочного пояса.

2.10 Куда подключается конец страховочной веревки при переправе первого участника через сухой овраг (каньон) по дну и по бревну?

a. в скользящий карабин в боковую часть страховочного пояса;

b. в беседочный карабин страховочного пояса;

c. в грудное перекрестье.

2.11 Должен ли быть закреплен конец страхующей веревки при переправе первого участника через сухой овраг (каньон) по дну и по бревну?

a. да;

b. нет.

2.12 При прохождении траверса склона может ли участник на командной страховке двигаться с рюкзаком?

a. да;

b. нет.

2.13 Кто осуществляет контроль за пристегиванием (отстегиванием) верхней судейской страховки?

a. начальник дистанции;

b. старший судья этапа;

c. участник.

2.14 Что является перилами?

a. вспомогательная веревка, используемая командой для преодоления препятствия;

b. основная веревка, используемая командой для преодоления препятствия;

c. равнопрочная стропа, используемая командой для преодоления препятствия.

2.15 Являются ли статически нагруженные перила из одинарной веревки, т.е. натянутые с помощью полиспаста, элементом перильной страховки?

a. да;

b. нет.

2.16 Сколько шкивов полиспаста (изменения направления) допускается при натяжении перильной страховки одинарной веревкой?

a. 3;

b. 2;

c. 1;

d. 0.

2.17 Разрешается ли удерживание перил на механических самосбросах?

a. да;

b. нет.

2.18 Что можно использовать для прикрепления полиспаста к рабочей (натягиваемой) веревке?

a. зажимы;

b. схватывающие узлы, выполненные из репшнура диаметром 6 мм с наличием в рабочей части петли двух ветвей;

c. схватывающие узлы, выполненные из репшнура диаметром 6 мм с наличием в рабочей части петли четырех ветвей.

2.19 Что может находиться на перилах при начале движения участника по ним?

a. распущенные блоки и полиспасты;

b. средства крепления блоков и полиспастов к натягиваемым веревкам;

c. все должно быть снято.

2.20 Что должен сделать участник при повреждении перильной веревки?

a. закончить движение по этапу и заменить ее;

b. пройти все дистанцию с ней до финиша;

c. немедленно заменить веревку.

2.21 Какого диаметра должны быть сдергивающие веревки?

a. не лимитируется;

b. не менее 6 мм;

c. не менее 10 мм.

2.22 Какого диаметра должны быть веревки для укладывания бревна?

a. не лимитируется;
b. не менее 6 мм;
c. не менее 10 мм.

2.23 Сколько человек должны удерживать свободные концы усов-оттяжек при укладке бревна?
a. всего 1;
b. не менее 1 на каждый;
c. не менее 2 на каждый.

2.24 Что должна сделать команда при НЕ попадании укладываемого бревна в указанный створ?
a. попросить старшего судью этапа уложить бревно в створ;
b. повторить прием еще раз;
c. организовать страховку и начать переправу.

2.25 Каким карабином самостраховки должен быть подключен участник при движении по перилам вброд, по бревну через реку?
a. от грудного перекрестья;
b. беседочным;
c. включенным в боковую часть страховочного пояса.

2.26 Какая должна быть длина самостраховки при движении по перилам вброд, по бревну через реку, овраг и по тонкому льду?
a. любая;
b. до 2 м;
c. перекрываемая запястьем вытянутой руки.

2.27 Куда подключается сопровождающая веревка при движении по перилам через овраг (каньон)?
a. в грудное перекрестье;
b. в боковую часть страховочного пояса;
c. в спусковое устройство.

2.28 Какое количество участников может находиться на перилах при движении по перилам вброд, по бревну через реку, овраг и по тонкому льду?
a. сколько угодно;
b. один;
c. один участник + пострадавший с несущим(сопровождающим).

2.29 Разрешается ли движение по навесной переправе на карабине, замыкающем страховочную систему?
a. да;
b. нет.

2.30 Назовите правильный порядок пристежки к навесной переправе.
a. 1. беседочный карабин, 2. сопровождение, 3. ус самостраховки;
b. произвольно;
c. 1. ус самостраховки, 2. сопровождение, 3. беседочный карабин.

2.31 Начиная с какого угла, навесная переправа считается наклонной?
a. 10°;
b. 15°;

c. 20°.

2.32 Как правильно осуществляется движение участника по наклонной навесной переправе вниз?

a. головой вперед, без рукавиц;

b. головой вперед, в рукавицах;

c. ногами вперед, в рукавицах.

2.33 Как осуществляется самостраховка участника при движении траверсом по перилам?

a. коротким усом;

b. ус должен превышать 1,5 м;

c. беседочным карабином на перила.

2.34 Могут ли страховочные перила на траверсе использоваться участником как дополнительная точка опоры?

a. да;

b. нет.

2.35 Сколько человек может находиться на перилах при движении траверсом по перилам?

a. сколько угодно;

b. один;

c. два, при наличии у обоих страховочных веревок.

2.36 Может ли участник при преодолении спуска по склону по перилам зажимать узел в кулаке?

a. да;

b. нет.

2.37 Как должна быть выполнена верхняя командная страховка?

a. через спину участника, стоящего на самостраховке;

b. через тормозное устройство, закрепленное на участнике, стоящем на самостраховке;

c. через опорную точку.

2.38 Каким способом может осуществляться движение при подъеме по склону с верхней командой страховкой?

a. любым способом;

b. любым способом, страховочная веревка должна быть встегнута в беседочный карабин участника.

2.39 Разрешено ли вытягивание участника страховочной веревкой?

a. да;

b. нет.

2.40 Какую команду должен подать участник страхующему при подъеме по склону с верхней командной страховкой, чтобы использовать страховочную веревку в качестве дополнительной точки опоры для того, чтобы преодолеть сложный участок?

a. «сделай перила»;

b. «держи»;

c. «закрепи».

2.41 Ниже какого уровня не должны провисать петли страхующей веревки?

a. не ниже 5,5 м;

b. не ниже 2 м;

c. не ниже ступней страхуемого участника.

2.42 Что нужно иметь участникам при преодолении спуска по перилам (дюльфер)?

a. верхнюю страховку;

b. нижнюю страховку;

c. сопровождение.

2.43 Что должен применять участник при спуске по перилам (дюльфер)?

a. жумар;

b. рифовый узел;

c. восьмерку.

2.44 На каком расстоянии от точки крепления перил участник должен подключиться к ним?

a. не более длины самостраховки;

b. любом расстоянии.

2.45 Может ли участник при спуске по перилам (дюльфер) выпускать перильную веревку из регулирующей руки?

a. да;

b. нет.

2.46 Что должен сделать участник при спуске по перилам (дюльфер) для того, чтобы освободить регулирующую руку?

a. остановиться, встегнуть жумар;

b. сдвоить веревку.

2.47 Где должна находиться перильная веревка при спортивном спуске?

a. где угодно;

b. за спиной;

c. пропущена через грудной карабин.

2.48 Не ниже какого уровня должна быть завязана петля на перильной веревке для подключения самостраховки участника при переправе маятником через ручей, овраг?

a. не ниже ступней;

b. не ниже колена;

c. не ниже грудного перекрестья.

2.49 Допускается ли использовать схватывающий узел в качестве самостраховки к перилам при переправе маятником через овраг, ручей?

a. да;

b. нет.

2.50 Можно ли использовать зажимы для организации опорной точки на перилах при переправе маятником через овраг, ручей?

a. нельзя;

b. можно, но должны быть установлены не выше подключения самостраховки;

c. можно, но должны быть установлены не ниже подключения самостраховки.

2.51 При преодолении какого препятствия первый участник может двигаться с рюкзаком?

a. переправа по бревну;
b. переправа вброд;
c. переправа по тонкому льду;
d. траверс склона (свободным лазанием);
e. спуск по склону;
f. подъем по склону (свободное лазание).

2.52 Можно ли транспортировать рюкзак со снаряжением по навесной переправе совместно с участником?

a. нельзя;
b. можно, но на длинной самостраховке;
c. можно, подключенным к себе;
d. можно, одетым на плечи, пояс рюкзака – застегнут.

2.53 Можно ли транспортировать груз на носилках (волокушах) совместно с пострадавшим?

a. да;
b. нет.

2.54 Что допускается положить пострадавшему под голову при транспортировке на носилках (волокушах)?

a. медицинскую аптечку;
b. бухту веревки;
c. рюкзак с мягкими вещами;
d. любой груз.

2.55 На каком этапе рюкзак транспортируется на одном плече?

a. переправа вброд по перилам;
b. по параллельным перилам;
c. по навесной переправе;

2.56 Разрешается ли транспортировка груза участником, сопровождающим пострадавшего (при преодолении технических этапов)?

a. да;
b. нет.

2.57 Допускается ли при переправе по тонкому льду перетягивание груза?

a. да;
b. нет.

2.58 Может ли на этапах подъем (спуск) по склону груз находиться над участниками?

a. да;
b. нет.

2.59 Какая веревка должна быть подключена к грузу при его перебрасывании?

a. страховочная;
b. перильная;
c. сопровождающая.

2.60 Каким количеством карабинов можно утяжелять веревку при перебросе ее через препятствие?

a. не более 2;

b. не более 5;

c. не более 10.

2.61 Можно ли ловить на лету веревку, перебрасываемую через препятствие?

a. да;

b. нет.

2.62 Может ли при работе в опасной зоне находиться не застрахованное снаряжение (лежать на земле)?

a. да;

b. нет.

2.63 Как осуществляется переправа участников по веревке с перилами (параллельным перилам)?

a. беседочным карабином на нижнюю веревку и усом самостраховки на верхнюю;

b. ногами на нижней веревке и беседочным карабином на верхнюю веревку;

c. ногами на нижней веревке и усом самостраховки на верхнюю веревку.

2.64 При прохождении переправы по веревке с перилами (параллельные перила) какая веревка является страховочными перилами?

a. нижняя;

b. сопровождающая;

c. верхняя.

2.65 Сколько участников может находиться на перилах при переправе по веревке с перилами (параллельные перила)?

a. один;

b. два;

c. сколько угодно.

Ответы на вопросы для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Спортивно-прикладной туризм»

1.	1.10 a	2.3 b	2.13 c	2.23 b
1.1 c	1.11 c	2.4 c	2.14 b	2.24 b
1.2 c	1.12 c	2.5 b	2.15 b	2.25 c
1.3 b	1.13 b	2.6 b	2.16 c	2.26 c
1.4 a	1.14 d	2.7 c	2.17 b	2.27 a
1.5 d	1.15 c	2.8 a	2.18 c	2.28 b
1.6 a	1.16 d	2.9 b	2.19 c	2.29 b
1.7 c	1.17 c	2.10 c	2.20 c	2.30 c
1.8 a	2.1 c	2.11 a	2.21 a	2.31 c
1.9 d	2.2 a	2.12 b	2.22 c	2.32 c

2.33 a	2.40 c	2.47 b	2.54 c	2.61 b
2.34 a	2.41 c	2.48 c	2.55 a	2.62 b
2.35 b	2.42 a	2.49 a	2.56 b	2.63 c
2.36 b	2.43 c	2.50 b	2.57 a	2.64 c
2.37 c	2.44 a	2.51 e	2.58 b	2.65 a
2.38 a	2.45 b	2.52 a	2.59 c	
2.39 b	2.46 b	2.53 b	2.60 a	

7.2.4 Кейс-задачи по направлению «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Спортивно-прикладной туризм»

Кейс задача № 1.

У туриста, стоящего возле костра загорелась штанина, огонь начал подниматься к куртке. Товарищ в панике начинает бегать вокруг. Ваши действия.

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) сложность и опасность сложившейся ситуации;

б) оценить обстановку и меры оказания помощи;

в) способы действия для решения данной ситуации.

Кейс задача № 2.

При выполнении технического приема на этапе «Вертикальный спуск по перилам способом «дюльфер» у участника заканчивается перила в 5 м от земли.

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) сложность и опасность сложившейся ситуации;

б) наличие доступного снаряжения у участника, находившегося в опасной зоне или у команды полностью;

в) выбрать способ оптимального выхода из сложившейся ситуации.

Кейс задача № 3.

3 часа назад придавило бревном обе нижние конечности на уровне средней трети бедра. В сознании. Стонет от боли. Пытается самостоятельно освободиться из-под бревна.

Горная местность. Температура воздуха: + 20° С. Действуйте!

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) характер и тяжесть повреждений, их последствия или возможные осложнения, непосредственно угрожающие жизни пораженного;

б) характер оказания первой помощи пострадавшему и очередность её оказания в порядке убывающей опасности для собственной жизни и жизни поражённого;

в) выбрать способ переноски пораженного и определить, в каком положении (на спине, на боку, сидя и т.п.) нужно его переносить или транспортировать при необходимости.

Кейс задача № 4.

Группа двигалась по маршруту, не имея запасов чистой питьевой воды. Какие меры должна принять группа для соблюдения питьевого режима и приготовления пищи.

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) внимательно ознакомьтесь с ситуацией задачи и попытайтесь войти в положение группы и каждого участника;

б) определить значение факторов времени при решении ситуации;

в) определить очередность или последовательность действий;

г) решить какое снаряжение требуется для этого, его оптимальное или минимальное количество.

Кейс задача № 5.

При снятии перил на этапе «Навесная переправа» узел на конце перил не был развязан, что не дало группе выполнить «сдёргивание» перил (узел застрял в карабинной удавке в районе опасной зоны).

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) сложность и опасность сложившейся ситуации;

б) наличие доступного снаряжения у участника, находившегося в опасной зоне или у команды полностью;

в) выбрать способ оптимального выхода из сложившейся ситуации.

Кейс задача № 6.

Получил травму области правого локтевого сустава. Движения в суставе невозможно из-за резкого усиления боли при малейшей попытке их осуществить.

Горно-пустынная местность. Температура воздуха: + 18° С. Действуйте!

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) характер и тяжесть повреждений, их последствия или возможные осложнения, непосредственно угрожающие жизни пораженного;

б) характер оказания первой помощи пострадавшему и очередность её оказания в порядке убывающей опасности для собственной жизни и жизни поражённого;

в) выбрать способ переноски пораженного и определить, в каком положении (на спине, на боку, сидя и т.п.) нужно его переносить или транспортировать при необходимости.

Кейс задача № 7.

На этапе «Переправа по бревну» на веревке сопровождения судья замечает нарушение в оплётке верёвки (перебит сердечник, сорвана оплётка).

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) сложность и опасность сложившейся ситуации;

б) наличие доступного снаряжения у участника, находившегося в опасной зоне или у команды полностью;

в) выбрать способ оптимального выхода из сложившейся ситуации.

Кейс задача № 8.

Вы находитесь в лесу. Неожиданно вы видите дым и языки пламени, которые лижут стволы и кроны деревьев. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации.

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) внимательно ознакомьтесь с ситуацией задачи и попытайтесь войти в положение группы и каждого участника;

б) определить значение факторов времени при решении ситуации;

в) определить очередность действий или последовательность оказания помощи;

г) решить какое снаряжение требуется для этого, его оптимальное или минимальное количество.

Кейс задача № 9.

При подъёме по навесной переправе у участника движущемуся по перилам запутывается верхняя командная страховка, без которой движение по перилам невозможно.

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) сложность и опасность сложившейся ситуации;

б) наличие доступного снаряжения у участника, находившегося в опасной зоне или у команды полностью;

в) выбрать способ оптимального выхода из сложившейся ситуации.

Кейс задача № 10.

У вас имеется следующий список продуктов:

1) картофель 5 кг;
2) тушенка 8 банок;
3) огурцы 2 кг;
4) помидоры 2 кг;
5) лук 0,5 кг;
6) морковь 0,5 кг;
7) чай черный 2 пачки;
8) гречка 1,5 кг;

9) геркулес 1,5 кг;
10) пшено 1,5 кг;
11) какао 1 пачка;
12) вафли 2 кг;
13) печенье 2 кг;
14) рыбные консервы 3 банки;
15) сыр 0,5 кг;
16) Макароны 1,5 кг
17) хлеб черный 4 буханки;
18) хлеб белый 2 буханки;
19) соль 0,3 кг;
20) сахар 1 кг.

Как организовать питание на группу 15 человек на 3 дня?

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) внимательно ознакомьтесь с ситуацией задачи и попытайтесь войти в положение группы и каждого участника;

б) определить значение факторов времени при решении ситуации;

в) определить очередность действий или последовательность оказания помощи;

г) решить какое снаряжение требуется для этого, его оптимальное или минимальное количество.

Кейс задача № 11.

На этапе «Переправа по бревну» группа при укладке бревна не попала в указанный судьями створ на целевой стороне этапа. Движение по бревну не разрешено.

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) сложность и опасность сложившейся ситуации;

б) наличие доступного снаряжения у участника, находившегося в опасной зоне или у команды полностью;

в) выбрать способ оптимального выхода из сложившейся ситуации.

Кейс задача № 12.

При переходе через реку по льду провалился по пояс в полынью, из которой удалось выбраться самостоятельно. Добрался до туристической базы. В пути появились сильные боли в обеих стопах, а затем их онемение и скованность в голеностопных суставах. Промокшая одежда оледенела.

Зона турбазы. Температура воздуха: - 15° С. Действуйте!

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) характер и тяжесть повреждений, их последствия или возможные осложнения, непосредственно угрожающие жизни пораженного;

б) характер оказания первой помощи пострадавшему и очередность её оказания в порядке убывающей опасности для собственной жизни и жизни поражённого;

в) выбрать способ переноски пораженного и определить, в каком положении (на спине, на боку, сидя и т.п.) нужно его переносить или транспортировать при необходимости.

Кейс задача № 13.

При выполнении технического этапа не закрепленное к точке опоры или перилам командное снаряжение (например, рюкзак) падает в опасную зону.

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) сложность и опасность сложившейся ситуации;

б) наличие доступного снаряжения у участника, находившегося в опасной зоне или у команды полностью;

в) выбрать способ оптимального выхода из сложившейся ситуации.

Кейс задача № 14.

Подросток 14 лет, в походных условиях, преодолевая овраг по бревну, упал на камень большого размера правым боком.

Беспокоит боль в левой половине грудной клетки, усиливающаяся во время вдоха. При ощупывании определяется болезненность, ненормальная подвижность и признак «ступеньки» в области ребер. Действуйте!

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) характер и тяжесть повреждений, их последствия или возможные осложнения, непосредственно угрожающие жизни пораженного;

б) характер оказания первой помощи пострадавшему и очередность её оказания в порядке убывающей опасности для собственной жизни и жизни поражённого;

в) выбрать способ переноски пораженного и определить, в каком положении (на спине, на боку, сидя и т.п.) нужно его переносить или транспортировать при необходимости.

Кейс задача № 15.

При движении по местности с картой на этапе «Ориентирование» группа сбивается с маршрута и теряет свое местонахождение.

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) сложность и опасность сложившейся ситуации;

б) выбрать способ привязки к местности;

в) выбрать вариант движения по маршруту.

Кейс задача № 16.

Альпинист покоряет гору, на высоте 1,5 км. В результате несчастного случая были утеряны солнцезащитные очки, есть возможность ослепнуть.

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) внимательно ознакомьтесь с ситуацией задачи и попытайтесь войти в положение группы и каждого участника;

б) определить значение факторов времени при решении ситуации;

в) определить очередность действий или последовательность оказания помощи

г) решить какое снаряжение требуется для этого, его оптимальное или минимальное количество.

Кейс задача № 17.

У вас имеется следующий список продуктов:

1) капуста 1 кочан;
2) морковь 2 шт.;
3) лук 2 шт.;
4) картофель 2 кг;
5) тушенка 4 банки;
6) хлеб черный 2 буханки;
7) хлеб белый 1 буханка;
8) майонез 2 пачки;
9) рис 1 кг;
10) рыбные консервы 3 банки;
11) огурцы 1 кг;
12) помидоры 1 кг;
13) печенье 1 кг;
14) сухари 1 кг;
15) вафли 1 кг;
16) геркулес 1 кг;
17) сгущённое молоко 1 банка;
18) чай черный 1 пачка;
19) соль 0,2 кг;
20) сахар 1 кг

Как организовать питание на группу 10 человек на 2 дня?

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) внимательно ознакомьтесь с ситуацией задачи и попытайтесь войти в положение группы и каждого участника;

б) определить значение факторов времени при решении ситуации;

в) определить очередность действий или последовательность оказания помощи;

г) решить какое снаряжение требуется для этого, его оптимальное или минимальное количество.

Кейс задача № 18.

На длинной дистанции (контрольно-комбинированном маршруте) туристских соревнований в группе один из участников получил травму.

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) сложность и опасность сложившейся ситуации и выбрать способ оказания ПДП;

б) выбрать способ транспортировки пострадавшего в зависимости от местности и тяжести травм;

в) определить место транспортировки.

Кейс задача № 19.

Группа туристов не убрала спички в герметичный пакет и они промокли во время дождя. Пришло время приготовления пищи, костер развести при помощи спичек не удалось. Как развести костер в данной ситуации?

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) внимательно ознакомьтесь с ситуацией задачи и попытайтесь войти в положение группы и каждого участника;

б) определить значение факторов времени при решении ситуации;

в) определить очередность действий или последовательность оказания помощи;

г) решить какое снаряжение требуется для этого, его оптимальное или минимальное количество.

Кейс задача № 20.

Несмотря на проведенный инструктаж руководителя похода, дети (12 лет) на дневке решили понырять с моста в речку. Один из мальчиков не появлялся на поверхности воды чуть больше минуты. Его быстро обнаружили под водой и вытащили на берег.

При осмотре сознание есть, дыхание есть, пульс на сосудах учащен, слабый. Беспокоят боли в шейном отделе позвоночника, усиливающиеся при движении головой. Самостоятельные движения рук и ног отсутствуют.

Действуйте!

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) характер и тяжесть повреждений, их последствия или возможные осложнения, непосредственно угрожающие жизни пораженного;

б) характер оказания первой помощи пострадавшему и очередность её оказания в порядке убывающей опасности для собственной жизни и жизни поражённого;

в) выбрать способ переноски пораженного и определить, в каком положении (на спине, на боку, сидя и т.п.) нужно его переносить или транспортировать при необходимости.

Кейс задача № 21.

При подъёме по перилам участник в опасной зоне этапа обнаруживает на периле узел, не дающий возможности двигать жумар вверх.

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) сложность и опасность сложившейся ситуации;

б) наличие доступного снаряжения у участника, находившегося в опасной зоне или у команды полностью;

в) выбрать способ оптимального выхода из сложившейся ситуации.

Кейс задача № 22.

Утром дежурный туристической группы съел рыбу из оставленной с вечера открытой консервной банки. Через час появились резкие боли в животе, тошнота, рвота, понос, головная боль, общая слабость.

При осмотре – кожа бледная, частый пульс, болезненность в верхней половине живота. Действуйте!

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) характер и тяжесть повреждений, их последствия или возможные осложнения, непосредственно угрожающие жизни пораженного;

б) характер оказания первой помощи пострадавшему и очередность её оказания в порядке убывающей опасности для собственной жизни и жизни поражённого;

в) выбрать способ переноски пораженного и определить, в каком положении (на спине, на боку, сидя и т.п.) нужно его переносить или транспортировать при необходимости.

Кейс задача № 23.

При спуске по перилам участник в опасной зоне этапа обнаруживает на периле узел, не дающий возможности спускаться на «восьмерке» вниз.

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) сложность и опасность сложившейся ситуации;

б) наличие доступного снаряжения у участника, находившегося в опасной зоне или у команды полностью;

в) выбрать способ оптимального выхода из сложившейся ситуации.

Кейс задача № 24.

В жаркую солнечную погоду на дневке у одного участника резко ухудшилось самочувствие. У него появилась слабость, шум в ушах, одышка, тошнота, мелькание «мушек» перед глазами.

Действуйте!

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) характер и тяжесть повреждений, их последствия или возможные осложнения, непосредственно угрожающие жизни пораженного;

б) характер оказания первой помощи пострадавшему и очередность её оказания в порядке убывающей опасности для собственной жизни и жизни поражённого;

в) выбрать способ переноски пораженного и определить, в каком положении (на спине, на боку, сидя и т.п.) нужно его переносить или транспортировать при необходимости.

Кейс задача № 25.

При движении по маршруту группа встречает водное препятствие. Как определить хватит ли длины имеющегося снаряжения для организации переправы через водное препятствие.

Решите данную ситуационную задачу. При решении необходимо определить:

а) сложность и опасность сложившейся ситуации;

б) наличие доступного снаряжения у участника, находившегося в опасной зоне или у команды полностью;

в) выбрать способ оптимального выхода из сложившейся ситуации.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

1. Аницоева, Л. К., Основы спортивно-оздоровительного туризма : учебное пособие / Л. К. Аницоева. — Москва : КноРус, 2025. — 159 с. — ISBN 978-5-406-13537-2. — URL: https://book.ru/book/955358 . — Текст : электронный.

2. Базовая подготовка по спортивно-оздоровительному туризму / С. В. Соболев, В. М. Гелецкий, Е. А. Николаев [и др.] ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2016. – 230 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496992

3. Бомин, В. А. Основы детско-юношеского туризма [Электронный ресурс]: Учебно-методическое пособие / В. А. Бомин. – Иркутск: Издательство "Мегапринт", 2014. – 92 с.: ил. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/336930

4. Каратаев, О. Р. Специальные спортивные сооружения, оборудование и снаряжения для спортивного туризма «Дистанция – пешеходная» / О. Р. Каратаев, А. И. Тазутдинова ; Казанский национальный исследовательский технологический университет. – Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет (КНИТУ), 2022. – 80 с. : ил.,

табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=701763 . – Библиогр.: с. 71-72. – ISBN 978-5-7882-3126-6. – Текст : электронный.

5. Константинов, Ю. С. Детско-юношеский туризм : учебник для вузов / Ю. С. Константинов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07182-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/563207

6. Константинов, Ю.С. Спортивно-оздоровительный туризм. Теория и практика: учебное пособие / Ю.С. Константинов. – М.: Советский спорт. 2023 – 350 с.

7. Крайнов, И. В. Спортивный туризм : техническая подготовка в спортивном ориентировании : учебное пособие : [16+] / И. В. Крайнов ; Омский государственный педагогический университет. – Омск : Омский государственный педагогический университет (ОмГПУ), 2018. – 60 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=616200 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8268-2161-9. – Текст : электронный.

8. Махов, С. Ю. Организация безопасности активного туризма : учебно-методическое пособие для высшего профессионального образования / С. Ю. Махов ; Межрегиональная академия безопасности и выживания. – Орел : Межрегиональная академия безопасности и выживания, 2014. – 126 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428625 . – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

9. Организация детско-юношеского и молодежного туризма : учебное пособие / И. Е. Карасев, Е. В. Кулагина, О. В. Лукина, Б. К. Смагулов ; Омский государственный технический университет. – Омск : Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2017. – 92 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493421

10. Соболев, С. В. Совершенствование тренировочного процесса в спортивном туризме в дисциплине «Дистанции – пешеходные» / С. В. Соболев, Н. В. Соболева ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2014. – 134 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364618 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7638-3112-2. – Текст : электронный.

11. Спортивно-оздоровительный туризм : учебное пособие : [16+] / С. В. Соболев, Н. В. Соболева, Е. А. Николаев [и др.] ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2021. – 180 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=706622 . – Библиогр.: с. 155-157. – ISBN 978-5-7638-4501-3. – Текст : электронный.

12. Стеблецов, Е. А. Спортивно-оздоровительный туризм и спортивное ориентирование : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, Ю. С. Воронов, В. В. Севастьянов ; под общей редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва :

Издательство Юрайт, 2025. — 195 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13274-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/567314 .

13. Теория и методика спортивного туризма [Электронный ресурс] : учебник / ред.: В.А. Таймазов, ред.: Ю.Н. Федотов. – М. : Советский спорт, 2014. – 424 с.: ил. – ISBN 978-5-9718-0647-9. —– Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271139

14. Туризм и спортивное ориентирование : учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. К. Г. Зеленский, А. В. Абрамов, Д. Н. Безлепкин ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [и др.]. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018. – 132 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=562693 . – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru
4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/

8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
10. Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к практическим занятиям

Практическое занятие – форма систематических учебных занятий, с помощью которых обучающиеся изучают тот или иной раздел определенной дисциплины, входящей в состав учебного плана. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

При подготовке к практическим занятиям следует использовать литературу На практических занятиях приветствуется активное участие в обсуждении конкретных ситуаций, способность на основе полученных знаний находить наиболее эффективные решения поставленных проблем, уметь находить полезный дополнительный материал по тематике занятий.

Студенту рекомендуется следующая схема подготовки к занятию:

1. Проработать конспект лекций;
2. Прочитать литературу, рекомендованную по изучаемому разделу;
3. Ответить на вопросы плана семинарского занятия;
4. Выполнить домашнее задание;
5. Проработать тестовые задания и задачи;
6. При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

В процессе подготовки изучают рекомендованные преподавателем источники литературы, а также самостоятельно осуществляют поиск релевантной информации, а также могут собрать практический материал.

Рекомендации по проведению занятий по практической подготовке:

- определить целевые показатели - итоговые и промежуточные (текущие), по которым можно судить о реализации поставленных задач;
- разработать общую схему построения соревновательного и тренировочного процесса на различных этапах и циклах подготовки;
- определить динамику параметров тренировочных и соревновательных нагрузок, а также системы восстановления работоспособности, направленных на достижение главных и промежуточных целей.

Вся ответственность за безопасность занимающихся возлагается на преподавателей, непосредственно проводящих занятия с группой.

На первом занятии необходимо ознакомить занимающихся с правилами безопасности при проведении занятий.

Педагог обязан:

1. Производить построение и перекличку учебных групп перед занятиями с последующей регистрацией в журнале. Опоздавшие к занятиям не допускаются.
2. Не допускать увеличения числа занимающихся в каждой группе сверх

установленной нормы на одного педагога.
Во время занятий преподаватель несет ответственность за порядок в группе, жизнь и здоровье занимающихся:

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Мультимедийное оборудование
2. Спортивное снаряжение:
   - система страховочная;
   - веревка страховочная;
   - карабин муфтовочный;
   - карабин автоматический;
   - рюкзак туристский;
   - палатка туристская;
   - коврик туристский;
   - спальный мешок;
   - петли вспомогательные (разного диаметра);
   - тормозные устройства (восьмерка, капелька);
   - фиксирующие устройства (Жумар);
   - топор;
   - тент;
   - костровое устройство;
   - столик туристский;
   - стул туристский;
   - призма для спортивного ориентирования;
   - компас спортивный;
   - компостер для спортивного ориентирования;
   - карты спортивные, топографические;
   - курвиметр;
   - ролики одинарные, двойные;
   - секундомер;
   - сигнальная лента;
   - туристская аптечка;
   - набор котлов для приготовления пищи;
3. Библиотечный фонд
4. Аудиторный фонд

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа

1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров
2	Аудитории №№ А317, А325, А326 – помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления

5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»
Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»,

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ФИТНЕС-ТУРИЗМ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 4
Семестр – 7
Итоговая форма контроля – зачет (7 семестр)

Рабочую программу разработала:
Матвеева А.В., к.п.н., ст. преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта . 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объём дисциплины и виды учебной работы 5
5. Содержание дисциплины 5
5.1 Количество часов по видам занятий 5
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 6
5.2.1 Содержание практических занятий 6
6. Самостоятельная работа студентов 7
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 8
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 8
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 9
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 9
7.2.2 Вопросы к зачёту 12
7.2.3 Тестовые задания 13
8. Перечень основной и дополнительной литературы 13
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 14
9.1 Электронные библиотечные системы 14
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 14
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 16
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 19
12. Лицензионное программное обеспечение……21

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм» утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 943 от 19.09.2017 г., с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-6 – способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание;

ПК-9 – способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с целью успешной реализации рекреационно-оздоровительного, спортивного, туристского и фитнес продукта.

	Соотнесённые профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания		
знать понятийный аппарат учебной дисциплины, основы различных фитнес направлений;		ПК-6, ПК-9.
знать особенности организации и тенденции развития фитнес-туризма, его географию и перспективные направления;		ПК-6, ПК-9.
знать технологию разработки и содержание разнообразных фитнес-программ в туризме.		ПК-6, ПК-9.
Умения		
уметь проводить исследование различных сегментов рынка фитнес-туров, реализуемых организациями (предприятиями);		ПК-6, ПК-9.
анализировать и интерпретировать технологическую и иную информацию по разработке фитнес-туров.		ПК-6, ПК-9.
Навыки и /или опыт деятельности		
овладеть навыками практической разработки и внедрения различных видов фитнес-туров и фитнес-программ;		ПК-6, ПК-9.
проведения оценки потенциала различных перспективных направлений и системы		ПК-6, ПК-9.

оздоровления с помощью фитнес-туров;		
формирования алгоритмов и этапов реализации процесса оказания услуг фитнес-туризма.		ПК-6, ПК-9.

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к Блоку 1 вариативной части дисциплин по выбору образовательной программы (Б1.В.ДВ.01.01.). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации зачёт на 7 семестре. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: спортивно-оздоровительный туризм, базовые виды физической культуры.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Всего часов	Семестр
Контактная работа преподавателя со студентами	8	7
Лекции	2	7
Семинарские занятия	6	7
Аттестация – зачёт	4	7
Самостоятельная работа	96	7
Общая трудоёмкость часы	108	7
Зачетные единицы	3	

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа
1	Фитнес-туризм, как специальный вид туризма. Отличительные черты фитнес-туризма. Фитнес-тур. Различные классификации фитнес-туров.	32	-	2	30

2	Технология разработки и содержание разнообразных фитнес-программ в туризме.	40	2	2	36
3	Особенности организации и тенденции развития фитнес-туризма.	32	-	2	30
	Итоговая аттестация	4			
	Всего часов	108	2	6	96

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Лекция 1. Технология разработки и содержание разнообразных фитнес-программ в туризме (2 часа).

Особенности разработки фитнес-программ, с учетом различных факторов. Содержание фитнес-программ. Особенности режима питания и отдыха в сочетании с программой тура.

Изучение темы направлено на формирование профессиональных компетенций ПК-6, ПК-9.

5.2.2 Содержание семинарских занятий

Занятия 1. Фитнес-туризм, как специальный вид туризма. Отличительные черты фитнес-туризма. Фитнес-тур. Различные классификации фитнес-туров.

Описание и обоснование популярных географических направлений фитнес-туризма. География танцевальных, спортивных фитнес направлений. Фитнес-инструкторы и специалисты в области фитнеса. Профессиональные требования к фитнес-инструкторам.

Изучение темы направлено на формирование профессиональных компетенций ПК-6, ПК-9.

Занятие 2. Технология разработки и содержание разнообразных фитнес-программ в туризме (2 часа).

Особенности разработки фитнес-программ, с учетом различных факторов. Содержание фитнес-программ. Особенности режима питания и отдыха в сочетании с программой тура.

Изучение темы направлено на формирование профессиональных компетенций ПК-6, ПК-9.

Занятие 3. Особенности организации и тенденции развития фитнес туризма (2 часа).

Узконаправленные фитнес-программы в туризме. Комбинированные фитнес-программы в туризме. Специфические фитнес-программы в туризме.

Изучение темы направлено на формирование профессиональных компетенций ПК-6, ПК-9.

6. Самостоятельная работа студентов

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Фитнес-туризм, как специальный вид туризма. Отличительные черты фитнес туризма. Фитнес-тур. Различные классификации фитнес-туров.	30	устный ответ	7 семестр
Технология разработки и содержание разнообразных фитнес-программ в туризме.	36	конспект, проект	7 семестр
Особенности организации и тенденции развития фитнес-туризма.	30	письменная работа	7 семестр
Итого	96		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первого занятия проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат. В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ПК-6 – способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание.		Знает (пороговый уровень): понятийный аппарат учебной дисциплины, основы различных фитнес направлений Умеет (стандартный уровень): проводить исследование различных сегментов рынка фитнес-туров, реализуемых организациями (предприятиями). Владеет опытом (эталонный уровень): овладеть навыками практической разработки и внедрения различных видов фитнес-туров и фитнес-программ.
ПК-9 – способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с целью успешной		Знает (пороговый уровень): особенности организации и тенденции развития фитнес туризма, его географию и перспективные направления; технологию разработки и содержание разнообразных фитнес-программ в туризме. Умеет (стандартный уровень): анализировать и интерпретировать

реализации рекреационно-оздоровительного, спортивного, туристского и фитнес продукта.		технологическую и иную информацию по разработке фитнес-туров; составлять фитнес-программы, с учетом полученных знаний. Владеет опытом (эталонный уровень): проведением оценки потенциала различных перспективных направлений и системы оздоровления с помощью фитнес-туров; формирования алгоритмов и этапов реализации процесса оказания услуг фитнес-туризма.

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Промежуточная аттестация: зачет – 1 семестр.

Критерии оценивания компетенций (результатов)

Оценивается по 4-хбалльной шкале. В критерии оценки компетенций по зачету входят:

1.уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;

2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;

3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;

4. ответы на дополнительные вопросы.

При проектировании ожидаемых результатов следует предусмотреть различные *уровни оценки ожидаемых результатов:*

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных

знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Примерный перечень оценочных средств в соответствии с иерархией целей по Блуму

№	Уровень сложности	Глаголы для формулировки заданий	Оценочные средства
1.	Знание	Цитировать, перечислить, дать определение, изобразить, идентифицировать, составить список, назвать, указать, записать, повторить, выбрать, сформулировать, свести в таблицу, рассказать, воспроизвести, упорядочить, соотнести, отметить	Тест Опрос устный Письменные ответы на вопросы Собеседование (индивидуальное, групповое) Коллоквиум Портфолио-коллектор (накопительное)
2.	Понимание	Определить, выделить, объяснить, находить различия, характеризовать, обсуждать, рассматривать в деталях, сделать сообщение, интерпретировать, сделать обзор, связать, уточнить, построить, преобразовать, расшифровать, выразить, переформулировать, рецензировать, привести примеры, описать	Тест Решение типовых ситуаций Эссе Портфолио оценочный
3	Применение	Применять, рассчитать, классифицировать, демонстрировать, доказать, инсценировать, модифицировать, исследовать, изменить, иллюстрировать, интерпретировать, разработать, упорядочивать выполнять, использовать, обнаруживать, устанавливать, завершить, составить (отчет, план, график и т.п.), решать (задачу, проблему), раскрыть	Наблюдение Кейс-задания Игра ролевая Компетентностно-ориентированные задания(КОЗ) Практические контрольные задания (ПКЗ) Портфолио достижений Тренажер Расчетно-графическая работа Метод Дельфи («мозговой атаки»)
4	Анализ	Анализировать, оценивать, сравнить, распределять по категориям(категорировать), полемизировать, оспаривать, вывести, подразделить, изобразить схематически, различать, (проводить различие), находить различия, исследовать, изучать, применять, осуществлять эксперимент, идентифицировать, собрать сведения, резюмировать, выделять, отсеять, отсортировать,	Кейс-задание Игра организационно-мыслительная Реферат Портфолио Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты Проект

		измерить, разделить	
5	Синтез	Систематизировать, собирать (монтировать), осуществить компиляцию, производить сборку, сочинять (писать), конструировать (придумывать), создавать, производить, разрабатывать модель, алгоритмизировать, управлять, организовать, спланировать, подготовить, предлагать, изобретать, обобщать, компоновать, строить, интегрировать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Профессионально-исследовательские задания (ПИЗ) Портфолио Проект
6	Оценка	осуществлять оценку, убедить, выбрать, сравнивать и находить отличия, критиковать, определять (устанавливать, принимать решение), определять стоимость, составлять мнение, градировать (разбивать на этапы), сделать вывод, соизмерять (соотносить), осуществлять ранжирование, рекомендовать (предлагать), проверять (исправлять, видоизменять), обосновать, составить мнение, прогнозировать, защищать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Портфолио Проект

Описание шкалы оценивания

Отметка «отлично» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные, заданные экзаменатором;

- студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями;

- при ответе на вопросы используются данные из дополнительной литературы;

- ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения;

- студент демонстрирует умение вести научную дискуссию.

Отметка «хорошо» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определённые затруднения в ответе на уточняющие вопросы;

– в ответе имеют место несущественные фактические неточности;

- недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов билета;

– в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

– знания имеют фрагментарный характер, имеются определённые неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;

– при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки;

– студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

– не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;

– допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;

– студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;

– в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;

– на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или даёт неверные ответы.

Задания в рамках индикаторов достижения компетенций оцениваются в процессе текущего контроля и являются обязательными в соответствии с утверждёнными в образовательной организации порядком промежуточной аттестации.

7.2.2 Вопросы к зачёту

1. Характеристика различных фитнес направлений.
2. Фитнес-туризм, как специальный вид туризма.
3. Фитнес-туризм – как современное направление туризма.
4. Отличительные черты фитнес-туризма.
5. Понятие «Фитнес-тур».
6. Различные классификации фитнес-туров.
7. Связь фитнес туризма с активными видами спорта.
8. Популярные направления фитнес-туризма.
9. География фитнес-туризма.
10. Особенности организации фитнес-туризма в России и в различных станах мира.
11. Тенденции развития фитнес-туризма в России.
12. Особенности разработки фитнес-программ в туризме.
13. Фитнес-инструкторы, как необходимая составляющая фитнес-туризма.
14. Технология разработки и содержание разнообразных фитнес-программ в туризме.

15. Узконаправленные фитнес-программы в туризме
16. Комбинированные фитнес-программы в туризме.
17. Специфические фитнес-программы в туризме.

7.2.3 Тестовые задания для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Фитнес-туризм»

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, который является правильным ответом

Темы рефератов

1. История возникновения оздоровительной аэробики.
2. Понятие фитнес и история его становления.
3. Рациональное питание.
4. Преимущества оздоровительной танцевальной аэробики.
5. Особенности проведения занятий на фитболах.
6. Формы проведения и организация занятий аква-аэробикой.
7. Преимущества степ-аэробики.
8. Возможности использования степ-платформ в фитнесе.
9. Пилатес и история его возникновения.
10. Детский фитнес.
12. Методика проведения занятий в тренажерном зале.
13. Признаки утомления при занятиях фитнесом.
14. Гигиенические требования к проведению различных спортивных занятий
15. Подбор музыки для занятий фитнесом.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература:

1. Бабкин, А.В. Специальные виды туризма: учеб. пособие / А.В. Бабкин. – М.: Советский спорт, 2008. – 105 с. – Режим доступа: https://rucont.ru/read/ 983728?file=271101&f=983728.

2. Бескостова, А.А. Виды и тенденции развития туризма: учебное пособие. Часть I / А.А. Бескостова, З.В. Васильева. – Смоленск: ФГБОУ ВО «СГАФКСТ», 2019. – 124 с.

3. Бескостова, А.А. Специальные виды туризма: учебное пособие / А.А. Бескостова, З.В. Васильева. – Смоленск: ФГБОУ ВО «СГАФКСТ», 2019. – 126 с.

Дополнительная литература:

1. Аницоева, Л.К. Основы спортивно-оздоровительного туризма: учебное пособие [Электрон. ресурс] / Л.К. Аницоева. – М.: КноРус, 2025. – 159 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/955358.

2. Велединский, В.Г. Спортивно-оздоровительный сервис: учебник / В.Г. Велединский. – М.: КноРус, 2016. – 216 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/920699.

3. Ветитнев, А.М. Организация санаторно-курортной деятельности (Ростуризм): учебник / А.М. Ветитнев, Я.А. Войнова. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 270 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919722.

4. История туризма (Ростуризм): учебник / Под ред. Ю.С. Путрика. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 254 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919711.

5. Косолапов, А.Б. География российского внутреннего туризма: учебное пособие / А.Б. Косолапов. – М.: КноРус, 2017. – 267 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/920402.

6. Кружалин, В.И. География туризма (Ростуризм): учебник / В.И. Кружалин, Н.С. Мироненко, Н.В. Корн, Н.В. Шабалина. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 328 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919719.

7. Кусков, А.С. Основы туризма: учебник / А.С. Кусков, Ю.А. Джаладян. – М.: КноРус, 2016. – 396 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/918076.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ[Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации[Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru

4. Министерство просвещения Российской ФедерацииМинистерство науки и высшего образования Российской Федерации[Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru

4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека[Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека[Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации[Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека[Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие – важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.
2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.
3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь – к основной, при необходимости углубленного изучения – к дополнительной.
4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.
5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.
6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления *7-10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список использованной литературы.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат заканчивается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.

4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine;

			Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
СЕРВИСНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 4
Семестр – 7
Итоговая форма контроля – зачёт

Рабочую программу разработал:
Васильева З.В., к.п.н., доцент

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта . 3
2. Результаты обучения по дисциплине 3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объём дисциплины и виды учебной работы 5
5. Содержание дисциплины 6
5.1. Количество часов по видам занятий 6
5.2. Содержание дисциплины по видам заданий 8
6. Самостоятельная работа студентов 9
6.1. Самостоятельная работа студентов (96 часов) 9
6.2 Темы рефератов 10
6.3. Примеры тестов 11
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 18
7.1. Этапы формирования компетенций 18
7.2. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 18
7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы 19
7.3.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 19
7.3.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 19
7.3.2. Вопросы к зачету 19
8. Перечень основной и дополнительной литературы 21
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 23
9.1 Электронные библиотечные системы 23
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 23
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 25
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 32
12. Лицензионное программное обеспечение 33

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943, с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-3 – Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, туристско-краеведческие мероприятия, а также обеспечить совместную деятельность и взаимодействие участников туристских и рекреационных мероприятий;

ПК-8 – Способен организовывать процесс обслуживания потребителей на основе нормативно-правовых актов, с учетом запросов потребителей и применением клиенториентированных технологий;

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знает: сущность, структуру и технологические особенности сервисного процесса в различных сферах; потребности человека и принципы их удовлетворения в деятельности организаций туризма; критерии и составляющие качества услуг;	**01.003** «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» **С/01/6** Организация и проведение массовых досуговых мероприятий **С/03/6** Организация дополнительного образования детей и взрослых по одному или нескольким направлениям деятельности	ПК-3 ПК-8
Умеет: применять научные основы разработки технологии сервисного процесса в различных сферах, анализировать и использовать требования потребителя как потенциал развития клиентских отношений; определять критерии качества услуг в профессиональной де-		

ятельности;		
Имеет опыт: владения методами и приемами развития технологии и выбора оптимальных сервисных процессов в различных сферах, методами изучения и управления потребительским спросом, методиками и способами организации процесса предоставления услуги потребителю.		

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Сервисная деятельность» относится к части дисциплин по выбору 1 Блока **дисциплин (Б1.В.ДВ.01.02).**

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе в 7 семестр, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачет.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: «Человек и его потребности», «Психология», «География туризма».

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Дисциплина «Сервисная деятельность» - 3 зачётные единицы (108 ч). Аудиторные занятия составляют 8 часов, из них 6 - часов практические занятия, 2 часа лекций, самостоятельная работа студентов составляет 96 часов.

Учебный процесс по курсу «Сервисная деятельность» проводится в форме семинарских занятий и самостоятельной работы студентов.

Учет успеваемости ведется в виде микрозачетов по пройденным темам и итогового зачета, проводимого в срок, установленный учебным планом. Зачеты выставляются за знание пройденных разделов теоретического курса и выполнение установленных требований по практической и самостоятельной работе.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		7
Лекции	2	2

Практические занятия		6	6
Промежуточная аттестация (зачет)		4	4
Самостоятельная работа		96	96
Общая трудоемкость	**часы**	108	

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

№ № тем	Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
			Лекции	Практич. занятия	Самост. работа
Раздел 1. Основы теории услуг					
1.	Понятие услуги, сервиса Основные понятия. Услуга как форма. Сервис как содержание. Понятие услуги. Свойства услуги. Типы услуг. Классификация услуг Основные характеристики услуг. Материальные услуги. Духовные услуги. Личные услуги. Социальные услуги. Сервис как деятельность. Сервис как услуга. Сервис как потребность. Виды сервисной деятельности	12	2		10
2.	Роль сервиса. Предпосылки возникновения сервисной деятельности Роль сервиса в удовлетворении потребностей человека. Социальные предпосылки возникновения и развития сервисной деятельности. Сервисная деятельность и самообслуживание. Отличительные черты этих видов деятельности. Понятие «контактной зоны». Профессиональные качества сотрудника сферы сервиса. Философия сервиса – иное мировоззрение человека Диагностика и развитие качеств.	20			20
Раздел 2. Основные задачи современного сервиса					
3.	Задачи и виды сервиса. Основные подходы к осуществлению сервиса Перечень задач сервиса. Виды серви-	22		2	20

	са по времени его осуществления. Виды сервиса по содержанию работ. Виды сервиса по направленности услуг. Виды сервиса по степени адаптации к потребителям. Виды сервиса по масштабу. Негативный подход. Исследовательский подход. Сервис - обязанность поставщика. Ограниченная ответственность. Сервис - средство в конкурентной борьбе.				
4.	Тенденции и принципы современного сервиса Основные тенденции в развитии послепродажного обслуживания. Факторы, способствующие развитию тенденций. Факторы, увеличивающие риск для компаний, действующих в сфере послепродажных услуг. Культура сервиса. Общепринятые нормы сервиса. Общероссийский классификатор услуг населению	20			20
Раздел 3. Этика и психология сервисной деятельности					
5	Понятие этики и культуры сервиса Этика, эстетика, этикет. Представление о морали и нравственности. Отличия морали и нравственности. Нравственные типы. Категории потребителей и особенности обслуживания. Соотношение потребностей, способностей, возможностей и средств удовлетворения потребностей человека. Жизненно - стилевые группы. Типы потребителей по привычкам, запросам, желаниям; по социальному происхождению, статусу, доходам, возрасту; по духовным ценностям, открытости и динамичности, верности к традициям и покою.	12		2	10

6	Служебный этикет и конструктивное поведение в конфликте Принципы эффективного общения. Этикетные нормы вступления в контакт. Этапы взаимодействия при деловом общении. Работа с претензиями. Причины конфликтов. Стратегия поведения в конфликте Техники конструктивного высказывания претензий. Техники защиты от манипуляций («психологическая самооборона»).	18		2	16
Всего:		**108**			

5.2. Содержание дисциплины по видам заданий

5.2.1. Лекционные занятия

1. Основы теории услуг

Понятие услуги, сервиса Основные понятия. Услуга как форма. Сервис как содержание. Понятие услуги. Свойства услуги. Типы услуг. Классификация услуг Основные характеристики услуг. Материальные услуги. Духовные услуги. Личные услуги. Социальные услуги. Сервис как деятельность. Сервис как услуга. Сервис как потребность. Виды сервисной деятельности

Форма контроля: устный фронтальный опрос.
Литература: 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8.

5.2.2. Практические занятия

1. Основы теории услуг

Роль сервиса. Предпосылки возникновения сервисной деятельности Роль сервиса в удовлетворении потребностей человека. Социальные предпосылки возникновения и развития сервисной деятельности. Сервисная деятельность и самообслуживание. Отличительные черты этих видов деятельности. Понятие «контактной зоны». Профессиональные качества сотрудника сферы сервиса. Философия сервиса – иное мировоззрение человека Диагностика и развитие качеств (ПК-3, ПК-8).

Форма контроля: устный фронтальный опрос.
Литература: 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8.

2. Основные задачи современного сервиса

Задачи и виды сервиса. Основные подходы к осуществлению сервиса

Перечень задач сервиса. Виды сервиса по времени его осуществления. Виды сервиса по содержанию работ. Виды сервиса по направленности услуг. Виды сервиса по степени адаптации к потребителям. Виды сервиса по масштабу. Негативный подход. Исследовательский подход. Сервис - обязанность поставщика. Ограниченная ответственность. Сервис - средство в конкурентной борьбе. Цель - оптимальное качество (ПК-3, ПК-8).

Форма контроля: устный фронтальный опрос.
Литература: 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8.

3. Этика и психология сервисной деятельности

Понятие этики и культуры сервиса Этика, эстетика, этикет. Представление о морали и нравственности. Отличия морали и нравственности. Нравственные типы. Категории потребителей и особенности обслуживания. Соотношение потребностей, способностей, возможностей и средств удовлетворения потребностей человека. Жизненно - стилевые группы. Типы потребителей по привычкам, запросам, желаниям; по социальному происхождению, статусу, доходам, возрасту; по духовным ценностям, открытости и динамичности, верности к традициям и покою.

Служебный этикет и конструктивное поведение в конфликте Принципы эффективного общения. Этикетные нормы вступления в контакт. Этапы взаимодействия при деловом общении. Работа с претензиями. Причины конфликтов. Стратегия поведения в конфликте Техники конструктивного высказывания претензий. Техники защиты от манипуляций («психологическая самооборона») (ПК-3, ПК-8).

Форма контроля: устный фронтальный опрос.
Литература: 1, 2, 4, 5, 6.

6. Самостоятельная работа студентов

6.1. Самостоятельная работа студентов (96 часов)

№ №	Содержание работы Темы занятий	К-во час.	Виды контроля
1	Место потребностей в современной экономике: история и современные проблемы.	10	Доклад, сообщение
2	Экономический аспект понятия «потребность». Потребности, блага, полезность и процесс потребления.	20	Доклад, сообщение
3	Исторические типы потребления. Особенности развития потребления в России.	10	Доклад, сообщение
4	Рыночные отношения и их влияние на формирование потребностей в экономической сфере.	20	Доклад, сообщение
5	Влияние потребительства на динамику потребно-	10	Доклад,

	стей и поведения потребителей. Потребление и проблема развития потребностей человека.		сообщение
6	Влияние социальных групп и классов на формирование социально-экономических потребностей человека.	10	Доклад, сообщение
7	Потребность в большей этической и социальной ответственности туристского бизнеса.	10	Реферат
8	Удовлетворение потребностей. Пути и формы удовлетворения потребностей в цивилизованном обществе.	6	обсуждение рефератов
	Итого	96	

6.2 Темы рефератов

1. Услуги в современной экономике и их особенности как товара.
2. Маркетинговая среда предприятия сервиса.
3. Рынок услуг и его особенности.
4. Правовые основы сервисной деятельности.
5. Философия сервиса – иное мировоззрение человека.
6. Усиление роли сервиса в современной экономике. Воздействие факторов роста сферы услуг. Эволюция понятия товар.
7. Принципы гарантийного облуживания. Функции гарантии.
8. Фирменный стиль и его преимущества.
9. Качество сервисных услуг и его показатели.
10. Основные подходы к осуществлению сервиса.
11. Факторы, способствующие развитию основных тенденций послепродажного обслуживания.
12. Методы работы с претензиями клиентов.
13. Жизненно-стилевые группы.
14. Типы потребителей.
15. Теории мотиваций.
16. Историческое развитие сервисной деятельности и особенности ее становления в современном мире.
17. Сервисная деятельность и потребности человека.
18. Информационный сервис: проблемы и перспективы развития.
19. Особенности развития сервисной деятельности в России: история и современность.
20. Виды сервисной деятельности.
21. Информационный сервис и Интернет-экономика.
22. Глобальные информационные сети и сервисная деятельность.
23. Проблемы переходного периода от индустриального к информационному обществу.
24. Особенности психологии управления в сервисной деятельности.
25. Проблемы развития сферы услуг: теория и практика.

26. Особенности культуры обслуживания в сфере услуг.
27. Служба сервиса и ее функции.
28. Сервисный маркетинг: особенности и проблемы развития.
29. Услуги и их роль в формировании разумных потребностей человека.
30. Контактная зона и коммуникативное пространство в сервисной деятельности.
31. Сервисная деятельность в условиях глобализации: тенденции и перспективы.
32. Природа услуг и проблемы, возникающие при их оказании.
33. Место сервиса в системе маркетинговой деятельности предприятия.
34. Особенности развития сферы услуг в условиях современного рынка.
35. Этикет и его роль в развитии сервисной деятельности.
36. Сетевые сервисные компании: проблемы и особенности развития.

6.3. Примеры тестов

1. Сервисная деятельность – это:
а) активность людей, вступающих в специфические взаимодействия по реализации общественных, групповых и индивидуальных услуг;
б) управление предприятием сферы сервиса (например, автосервисом, банком);
в) продукт труда, полезный эффект которого выступает в форме товара.

2. Из перечисленного ниже выберите самое полное и точное определение сферы услуг:
а) сфера услуг – это третичный сектор экономики любой страны: транспорт, связь, торговля, государственная администрация, образование, здравоохранение, инженерные, консультативные услуги, бытовые услуги населению;
б) сфера услуг – масштабная область экономического и социального взаимодействия, где контактируют граждане и коллективы, желающие удовлетворить свои потребности, и организаторы сервиса, направляющие свой труд на удовлетворение этих запросов;
в) сфера услуг – масштабный сектор экономики, обладающий разветвленной и сложной структурой с подвижными границами;
г) сфера услуг – это совокупность отраслей народного хозяйства, продукция которых выступает в виде услуг.

3. Какая страна считается пионером в создании индустрии сервиса?
а) СССР;
г) Франция;
б) Великобритания;
д) США;
в) Германия;
е) Япония.

4. Целью сервисной деятельности является:
а) потребление товаров и услуг;
б) исследование рынка услуг;
в) удовлетворение человеческих потребностей;

г) производство товаров и услуг.

5. Сервизация экономики – это ….

а) введение обязательных минимальных стандартов качества обслуживания;

б) процесс активного инвестирования в инфраструктурные отрасли;

в) совершенствование типов управления, умножение разновидностей управления сервисными предприятиями.

6. Выберите наиболее полное определение: сервис – это…

а) особый вид человеческой деятельности, который направлен на удовлетворение потребностей клиента путем оказания услуг;

б) любое мероприятие или выгода, которую одна сторона может предложить другой;

в) предпродажное и гарантийное обслуживание.

7. Услуга – это:

а) любое мероприятие или выгода, которые одна сторона может предложить другой и которые в основном неосязаемы и не приводят к завладению чем-либо;

б) осязаемые действия, направленные на товар или человека;

в) это особый вид человеческой деятельности, который направлен на удовлетворение потребностей клиента путем оказания услуг, востребованных отдельными людьми, социальными группа или организациями.

8. Допишите пропущенное звено. Специфическими чертами услуг являются…

а) неосязаемость;

б) неотделимость от источника и объекта услуг;

в) ?

г) несохраняемость услуг;

д) отсутствие отношений собственности по поводу услуг;

е) региональный колорит услуг.

9. Верно ли утверждение, что товары и услуги являются абсолютными антиподами?

а) да;

б) нет.

10. Разнесите указанные продукты по соответствующим колонкам

1. Товары	2. Услуги

а) проживание в гостинице;

б) стрижка волос;

в) фотоаппарат;

г) мобильная связь;

д) учебное пособие;

е) лекция;

ж) проезд в автобусе.

11. Основное и принципиальное отличие услуги от товара заключается в следующем:

а) это отчужденный от производителя результат труда;
б) это передача продукта в оптовую и розничную торговлю и последующая его продажа;
в) фактически производство совмещено с потреблением.

12. С какими именами связаны первые попытки классификации услуг?

а) Шостак;
б) Чейз;
в) Джадд;
г) Бэлл;
д) Стентон
е) Ратмел.

13. Допишите недостающие звенья в классификациях сервиса.

1. Классификация сервиса (по Е.В. Биндиченко)	2. Классификация сервиса
1. Производственный. 2. Сервис сферы общественного устройства. 3. Социально-культурный сервис. 4. ? 5. Сервис в сфере обращения товаров и услуг. 6. Хозяйственно-бытовой сервис	1. Технический сервис. 2. ? 3. Информационный сервис. 4. Транспортно-коммуникационный сервис. 5. Гуманитарный сервис

14. В основе классификации услуг, созданной Шостаком, лежит принцип …

а) материальности и нематериальности;
б) легитимности и нелигитимности;
в) осязаемости и неосязаемости.

15. В основе классификации услуг Ф. Котлера лежит …

а) степень массовости;
б) содержание сервисной компоненты в продуктовом предложении;
в) степень сложности сервисных операций.

16. Документом, разделяющим услуги по различным основаниям, является «Общероссийский _____услуг населения»:

а) перечень;
б) классификатор;
в) список;
г) регламент.

17. Какие из перечисленных услуг ресторана относятся к вспомогательным?

а) резервирование столиков;
б) услуга гардероба;
в) вызов такси;
г) кондиционирование воздуха;
д) услуги туалетной комнаты.

18. Основными услугами в гостиничном бизнесе являются:

а) услуги питания;

б) бронирование номеров;
в) прием и размещение;
г) экскурсионное обслуживание;
д) трансфер.

19. Некоммерческие услуги – это…

а) услуги волонтеров;
б) услуги предприятий туризма и отдыха;
в) услуги организаций общественного питания;
г) услуги благотворительных фондов;
д) услуги адвокатских бюро.

20. Сегментация рынка – это …

а) система управления качеством услуг;
б) совершенствование типов управления, умножение разновидностей управления сервисными предприятиями;
в) деятельность по классификации потенциальных потребителей в соответствии с качественными и количественными особенностями их спроса

21. Допишите недостающее звено. Процесс принятия решения потребителем состоит из следующих стадий:

а) осознание проблемы;
б) поиск информации;
в) ?
г) решение о покупке;
д) реакция на покупку (поведение после совершения покупки).

22. Расположите в правильном порядке пять ступеней формирования постоянного клиента:

а) клиенты;
б) потенциальные покупатели;
в) приверженцы;
г) покупатели;
д) посетители.

23. Изучение существующих и формирование новых отношений «компания – потребитель», управление взаимоотношениями с потребителями – …

а) процесс обслуживания;
б) клиентоориентированная стратегия;
в) маркетинговое исследование рынка;
г) сегментация рынка.

24. Из приведенных определений потребителя услуг выберите прописанное в преамбуле Закона «О защите прав потребителей»:

а) человек, регулярно покупающий товары или услуги;
б) гражданин, имеющий намерение заказать или приобрести либо заказывающий, приобретающий или использующий услуги исключительно для личных нужд, не связанных с извлечением прибыли;
в) физическое или юридическое лицо, осуществляющее оплату деньгами и являющееся приобретателем товара или услуги.

25. Основным нормативным документом, регулирующим в соответствии с Федеральным законом «О защите прав потребителей» отношения между потребителями и предприятиями сервиса, являются…

а) правила оказания услуг…;

б) кодексы профессиональной этики;

в) уставы сервисных организаций.

26. Что из перечисленного можно отнести к способам регулирования качества обслуживания на современном мировом рынке услуг?

а) публикация информации о результатах деятельности, направленной на повышение качества обслуживания;

б) введение обязательных минимальных стандартов качества обслуживания;

в) введение штрафов работников за предоставление некачественной услуги;

г) введение регламентирующих стимулов;

д) создание комиссий по рассмотрению вопросов нарушения профессиональной этики.

27. Основополагающим направлением стратегического развития сервиса выступает:

а) совершенствование разного рода технологий и использование их в сервисной деятельности;

б) исследование возрастающих потребностей потребителей и ориентация на них;

в) совершенствование типов управления, умножение разновидностей управления сервисными предприятиями.

28. Деятельность, направленная на разработку и установление требований, норм, правил, характеристик, как обязательных для выполнения, так и рекомендуемых, обеспечивающих право потребителя на приобретение услуг надлежащего качества за приемлемую цену, а также право на безопасность и комфортность труда, – это…

а) сервизация экономики;

б) сегментация рынка;

в) стандартизация услуг.

29. Установите соответствия.

Группа свойств услуг	Свойства услуги
1. Производственные	А. Свойства, проверка наличия которых возможна только при первой оценке клиентом предлагаемой услуги
2. Функциональные	Б. Совокупность показателей, отражающих для потребителей реальное качество продукции
3. Потребительские	В. Свойства, имеющие ярко выраженные физикотехнические свойства, и которые осознаются в процессе производства

30. Действие, удостоверяющее посредством сертификата соответствия или знака соответствия, что изделие или услуга соответствует определенным стандартам или другим нормативным документам, – это…

а) стандартизация;

б) сертификация;
в) консьюмеризм.

31. Укажите допустимую величину расхождения между ожидаемым и предоставляемым качеством обслуживания:

а) 5–7%;
б) 10–15%;
в) 20–25%;
г) 25–30%;
д) 35–40%.

32. Установите соответствия.

Составляющие качества	Качество
I. Функциональное качество	А. Качество потенциала, состоящее из критериев, относящихся к производственному состоянию предприятий
II. Этическое (общественное)	Б. Качество процесса предоставления услуг, когда происходит непосредственное взаимодействие с персоналом
III. Технологическое	В. Качество убеждения, что разрабатываемые и предоставляемые услуги исключают причинение вреда здоровью и жизни клиентов

33. Продолжите предложение: «Устное или письменное выражение претензий потребителя по поводу обслуживания – это…»:

а) благодарность за обслуживание;
б) поиск понимания в сложившейся ситуации;
в) призыв к совести нерадивых работников;
г) жалоба потребителя.

34. Допишите предложение: «При выявлении оценки качества услуг используется двусторонний подход, включающий…»:

а) учет производственно-физические показатели (способность быть зафиксированным и т.д.);
б) ?

35. Контактная зона – это сфера …

а) человек – машина;
б) человек – природа;
в) человек – человек.

36. Непосредственное и опосредованное контактирование производителя услуг с потребителем, совокупность операций, выполняемых исполнителем при непосредственном контакте с потребителем и организации досуга – это…

а) технология сервиса;
б) процесс обслуживания;
в) метод обслуживания.

37. Услуга, не предусматривающая личное взаимодействие с исполнителем услуги, называется…

а) простой;
б) бесконтактной;
в) формальной;
г) бесплатной.

38. Что из перечисленного ниже можно отнести к основным задачам процесса обслуживания:

а) совершенствование форм и методов обслуживания;
б) увеличение числа потенциальных клиентов;
в) повышение культуры обслуживания;
г) исследование рынка потенциальных клиентов.

39. Допишите недостающее звено в жизненном цикле услуги:

а) фаза ввода услуги;
б) ?
в) фаза зрелости;
г) фаза упадка;
д) фаза развития (роста).

40. Допишите недостающее звено в процессе разработки нового продукта:

а) генерирование идей;
б) отбор идеи;
в) разработка концепции нового продукта;
г) разработка стратегии маркетинга;
д) ?
е) пробный маркетинг;
ж) коммерциализация продукта.

41. Какие из перечисленных форм обслуживания потребителей относятся к специальным формам:

а) обслуживание пассажиров в кассе на ж/д вокзале;
б) обслуживание участников форумов, совещаний, конференций;
в) обслуживание разного рода торжеств;
г) обслуживание клиентов прачечной;
д) обслуживание питанием в форме шведского стола в гостинице;
е) обслуживание спортсменов;
ж) обслуживание пассажиров поездов дальнего следования.

42. Какие из перечисленных форм обслуживания потребителей относятся к прогрессивным формам:

а) обслуживание питанием в форме шведского стола;
б) обслуживание через торговые автоматы;
в) обслуживание в местах массового отдыха;
г) обслуживание с использованием карт;
д) обслуживание через продажу абонементов;
е) обслуживание бесконтактное;
ж) обслуживание (прием заказов) по месту работы;
з) обслуживание авиапассажиров.

43. Установите соответствия

1. Методы обслуживания	А. Создание и предоставление сервисного продукта, разработка и внедрение регламентов в отношении процессов управления, производства, продажи и оказания услуг, описывающих методы осуществления работы и последовательность действий
2. Формы обслуживания	Б. Способ реализации потребителям предоставляемы услуг
3. Технология обслуживания	В. Организационный прием, представляющий собой разновидность или сочетание методов обслуживания потребителей

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Этапы формирования компетенций

Компетенции	Перечень дисциплин и практик для формирования компетенций
ПК-3, ПК-8	Психология делового общения (6) География (1, 2, 3)
ПК-3, ПК-8	Человек и его потребности (3)
ПК-3, ПК-8	Культура речи и деловое общение (4)
ПК-3, ПК-8	Профессиональная этика и этикет (4)

7.2. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Показатели оценивания	**Критерии оценивания**	**Шкала оценивания**
Понимание смысла компетенции	Имеет базовые общие знания в рамках диапазона выделенных задач	Минимальный уровень
	Понимает факты, принципы, процессы, общие понятия в пределах области исследования. В большинстве случаев способен выявить достоверные источники информации, обработать, анализировать информацию.	Базовый уровень
	Имеет фактические и теоретические знания в пределах области исследования с пониманием границ применимости	Высокий уровень
Освоение компетенции в рамках изучения дисциплины	Наличие основных умений, требуемых для выполнения простых задач. Способен применять только типичные, наиболее часто встречающиеся приемы по конкретной сформулированной (выделенной) задаче	Минимальный уровень
	Имеет диапазон практических умений, требуемых для решения определенных проблем в области исследования. В большинстве случаев способен выявить достоверные источники информации, обработать, анализировать информацию.	Базовый уровень

	Имеет широкий диапазон практических умений, требуемых для развития творческих решений, абстрагирования проблем. Способен выявлять проблемы и умеет находить способы решения, применяя современные методы и технологии.	Высокий уровень
Способность применять на практике знания, полученные в ходе изучения дисциплины	Способен работать при прямом наблюдении. Способен применять теоретические знания к решению конкретных задач. Может взять на себя ответственность за завершение задач в исследовании, приспосабливает свое поведение к обстоятельствам в решении проблем. Затрудняется в решении сложных, неординарных проблем, не выделяет типичных ошибок и возможных сложностей при решении той или иной проблемы Способен контролировать работу, проводить оценку, совершенствовать действия работы. Умеет выбрать эффективный прием решения задач по возникающим проблемам.	Минимальный уровень Базовый уровень Высокий уровень

7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.3.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

7.3.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Для проверки эффективности преподавания дисциплины проводится контроль знаний студентов:

- **промежуточный контроль** – выполнение контрольных заданий с последующей оценкой проделанной работы;
- **текущий контроль** - опрос студентов на семинарских занятиях;
- **итоговый контроль** – сдача зачета в соответствии с перечнем вопросов, отражающих содержание программы обучения студентов.

На семинарском занятии преподаватель оценивает активность студентов в дискуссиях, умение формировать свои позиции, что учитывается как составляющие рейтинговой оценке студентов по данному курсу, проверяются знания материала лекционного курса.

7.3.2. Вопросы к зачету

1. Дать определение понятию «деятельность».
2. Дать определение понятию «активность».
3. Классифицировать основные виды деятельности.
4. Охарактеризовать взаимосвязь деятельности и активности.
5. Проанализировать соотношение деятельности и труда.
6. Дать определение понятию «сервис».
7. Дать общую характеристику непроизводственной сферы.
8. Перечислить основные структурные группы непроизводственной сферы

(сферы обслуживания).
9. Проанализировать общие черты услуг, которые объединяют их в одну непроизводственную сферу (в сферу социально-культурных услуг).
10. Дать определение понятию «качество».
11. Проанализировать основные типы качества.
12. Охарактеризовать основные этапы (стадии) процесса ориентации фирмы на удовлетворение запросов клиентов.
13. Проанализировать субъективные характеристики туриста, от которых зависит восприятие качества обслуживания.
14. Перечислить специфичные факторы влияющие на формирование качественного тур. продукта.
15. Проанализировать основные условия формирования (создания) качественного сервиса на предприятиях гостеприимства.
16. Охарактеризовать условия, которые помогают персоналу сферы гостеприимства обеспечивать качественный сервис.
17. Какие условия предполагает контроль за качеством обслуживания.
18. Дать определение понятию «комфорт».
19. Проанализировать основные элементы комфорта.
20. Дать определение понятию «контактная зона». Привести примеры сервисной деятельности в контактной зоне.
21. Проанализировать непостоянство качества услуги сферы гостеприимства.
22. Охарактеризовать способы, позволяющие сохранить «верных» клиентов.
23. Индивидуальное обслуживание как самостоятельный вид деятельности.
24. Проанализировать основные проблемы сезонности.
25. Дать характеристику основным классам обслуживания.
26. Проанализировать проблему конфликтных ситуаций.
27. Материальные и нематериальные услуги, особенности их оказания. Отличие услуги от товара.
28. Влияние национально-этнической культуры на поведение потребителя.
29. Проанализировать сервис как форму субъект-субъектного взаимодействия. (Общение как взаимовлияние. Речевое воздействие. Общение как отношение).
30. Дать определение понятию «сегментация». Макро сегментация и микросегментация потребительского рынка.
31. Влияние географических особенностей на внедрение новых услуг и форм обслуживания.
32. Инновации гостиничного бизнеса.
33. Кафе-бары в системе туристического облуживания.
34. Кейтеринг в ресторанном бизнесе
35. Компоненты качества в индустрии гостеприимства
36. Критерии отбора персонала для сферы гостиничного бизнеса
37. Крупнейшие гостиничные корпорации мира
38. Общие требования к системе качества и обслуживающему персоналу
39. Организации и технология работы службы приема и размещения гостиницы

40. Организация и специфика деятельности малых гостиниц
41. Организация и технология обслуживания гостиничного фонда
42. Организация мотелей и кемпингов для обслуживания транспортных туристов
43. Организация общественного питания
44. Организация производства и обслуживания бизнес-ланча на 40 человек в кафе
45. Организация производства на предприятиях гостиничного и ресторанного бизнеса
46. Организация транспортного обслуживания в гостиницах на примере «Х»
47. Организация труда и управления на предприятии сервиса
48. Особенности организации работы мини-отелей
49. Оценка качества гостиничного обслуживания
50. Предоставление дополнительных услуг гостиницами
51. Природа услуг и проблем, возникающих при их оказании
52. Проблемы и перспективы развития гастрономических отелей в (Х)
53. Региональный мониторинг гостиничного сервиса
54. Служба обслуживания в номерах: определение, отличительные особенности, значение
55. Современное ресторанное обслуживание в Европе
56. Современное ресторанное обслуживание в России
57. Специфика общения персонала ресторана с посетителями
58. Технологии работы и функции оздоровительного центра отеля
59. Типы организационных структур в индустрии гостеприимства и туризма и их сравнительный анализ
60. Формирование фирменного стиля предприятий индустрии гостеприимства на примере отелей сети «Х» в (Х)
61. Шведский стол как один из видов быстрого обслуживания
62. Сервисная деятельность спортивно–оздоровительного комплекса «Х»
63. Анализ сервисной деятельности Х региона (на примере конкретного предприятия индустрии гостеприимства).
64. Инновационная деятельность на предприятиях гостеприимства.
65. Практический анализ сервисной деятельности на примере ресторанов.
66. Глобальные информационные сети и сервисная деятельность.
67. Особенности психологии управления в сервисной деятельности.
68. Контактная зона и коммуникативное пространство в сервисной деятельности.
69. Теория и практика сервиса с учетом национально-региональных особенностей обслуживания.
70. Этико-психологические особенности взаимоотношений специалиста по сервису и клиента (на примере предприятий индустрии гостеприимства).

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Для качественного усвоения учебного материала необходимо обеспечить доступ каждого студента к библиотечным фондам.

Также необходимо наличие следующего учебно-методического материала:

1) наглядных пособий по разделам учебной программы;
2) Государственный образовательный стандарт;
3) учебные пособия и методические рекомендации.

Основная литература:

1. Романович, Ж.А. Сервисная деятельность: учебник / Ж.А. Романович, С.Л. Калачев; под общ. ред. Ж.А. Романович. – 6-е изд., перераб. и доп. – Москва: Дашков и К°, 2018. – 284 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496155 . – Библиогр.: с. 275-277. – ISBN 978-5-394-01274-7. – Текст: электронный.

2. Велединский, В.Г. Сервисная деятельность: учебник / Велединский В.Г. — Москва: КноРус, 2018. — 175 с. — (для бакалавров). — ISBN 978-5-406-06172-5. — URL: https://book.ru/book/926035. — Текст: электронный.

Дополнительная литература:

3. Павлова, Г.Ю. Сервисная деятельность: учебное пособие / Павлова Г.Ю. — Москва: КноРус, 2018. — 175 с. — ISBN 978-5-406-06064-3. — URL: https://book.ru/book/926143. — Текст: электронный.

4. Фурсов В.А. Сервисная деятельность: учебное пособие / В.А. Фурсов, Н.В. Лазарева, И.В. Калинин, О.А. Кудряшов; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». – Ставрополь: СКФУ, 2015. – 148 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457959 . – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

5. Охотина, Н.М. Сервисная деятельность: учебное пособие / Н.М. Охотина; Поволжский государственный технологический университет. – Йошкар-Ола: ПГТУ, 2016. – 116 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459497. – Библиогр.: с. 103-105. – ISBN 978-5-8158-1661-9. – Текст: электронный.

6. Штейнгольц Б.И. Сервисная деятельность: учебное пособие / ред. Б.И. Штейнгольц. – Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2013. – 130 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=229143. – ISBN 978-5-7782-2225-0. – Текст: электронный.

7. Тётушкин, В.А. Сервисная деятельность: основные понятия и современные проблемы (региональный аспект): учебное пособие / В.А. Тётушкин; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Тамбовский государственный технический университет». – Тамбов: Издательство ФГБОУ ВПО «ТГТУ», 2015. – 125 с.: ил.,табл., схем. – Режим доступа: по подписке. –

URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=445052. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8265-1384-2. – Текст: электронный.

8. Назаркина, В.А. Сервисная деятельность (схемы и таблицы): учебное пособие / В.А. Назаркина, Л.Н. Стребкова; Министерство образования и науки Российской Федерации, Новосибирский государственный технический университет. – Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2015. – 104 с.: схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=438415. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7782-2796-5. – Текст: электронный.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: https://elibrary.ru
2. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru
3. ЭБС «Университетская Библиотека Онлайн» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://biblioclub.ru
4. Издательство учебной литературы «КНОРУС»: [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: https://knorus.ru
5. Электронно-библиотечная система «BOOK.ru» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.book.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Федеральные порталы, образовательные ресурсы:

1. PROHotel. Портал про гостиничный бизнес. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://prohotel.ru
2. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам». [Электронный ресурс]: – Режим доступа: http://window.edu.ru
3. Национальный туристический портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://russia.travel
4. Федеральное агентство по туризму Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.russiatourism.ru
5. Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://www.edu.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света – справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет – интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. – Ре-

жим доступа: https://www.krugosvet.ru

3. Справочник по туризму. Словарь от А до Я [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://spravochnick.ru/turizm

4. Туристический словарь путешественников и энциклопедия курортов мира [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://diclist.ru/slovar/kurortov.html

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.consultant.ru

2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. – Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.rsl.ru

2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.library.ru

3. Российская национальная библиотека[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nlr.ru

4. Все о туризме – современная туристская библиотека. – режим доступа: http//tourlib.net

Федерации, ассоциации и союзы:

1. Альянс туристических агентств (АТА). [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://atarussia.ru

2. Ассоциации содействия туристским технологиям. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.astt.ru

3. Ассоциация «Объединение туроператоров в сфере выездного туризма “ТУРПОМОЩЬ”». [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://tourpom.ru

4. Ассоциация туроператоров России (АТОР). [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.atorus.ru

5. Ассоциация экономического взаимодействия субъектов РФ «Союз развития туризма в РФ». [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://srtrf.ru

6. Всемирная туристская организация (UNWTO). [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.unwto.org

7. Общенациональный союз индустрии гостеприимства (ОСИГ). [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.cros.ru

8. Российский союз туриндустрии (РСТ). [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://rostourunion.ru

Периодические издания:

1. Вестник Ассоциации вузов туризма и сервиса. Публикует статьи в

области туризма. http://vestnik-rusjournal.ru

2. Вестник Национальной академии туризма. Публикует статьи в области экономики туризма, культурного туризма, туристско-экскурсионного обслуживания. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nat-moo.ru

3. Отдых в России. Журнал о внутреннем и въездном туризме. http://www.rustur.ru

4. Сервис plus. Публикует научные и учебно-методические статьи в области сервиса и высшей школы. https://elibrary.ru/item.asp?id=22561360

5. Сервис в России и за рубежом. Электронное периодическое издание. https://www.elibrary.ru/title_about_new.asp?id=26230

6. Современные проблемы сервиса и туризма. Научно-практическое издание по вопросам стратегического управления в сфере туризма, обобщающее передовой опыт и раскрывающее региональные аспекты развития туристской сферыhttp://elibrary.ru/title_about.asp?id=26229

7. Турбизнес. Журнал для специалистов туристической отрасли. http://tourbus.ru

8. Туризм: право и экономика. Правовое регулирование туризма в России, экономика туризма, оказание туристических услуг. Государство и туризм. Туризм в странах СНГ: состояние и перспективы. Правовое регулирование туристической деятельности. Корпоративный бизнес. Образование в туризме https://elibrary.ru/title_about_new.asp?id=10474

Зарубежные периодические издания:

1. Forbes Travel. Топ-информация о туристическом мире. https://www.forbestravelguide.com

2. Journal of Travel Research. Журнал туристских исследований http://jtr.sagepub.com

Journal of Vacation Marketing. Международный журнал об индустрии туризма и гостеприимства https://elibrary.ru/title_about_ new.asp?id=10474

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать.

Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

● необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;

● записывать удобнее на одной стороне листа;

● записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;

● следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;

● на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.

2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.

3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.

4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, вла-

дение которыми способствует эффективному усвоению курса.

5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.

6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления *7 – 10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения

и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат завершается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.

2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.

3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.

4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.

5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.

6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.

7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.

8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

Рекомендации студентам по подготовке презентаций

Чтобы презентация хорошо воспринималась слушателями и не вызывала отрицательных эмоций (подсознательных или вполне осознанных), необходимо соблюдать правила ее оформления.

1. Опустите ненужные частности на слайде презентации

- Уменьшите количество слов на слайде.
- Опустите все ссылки на источники и примечания.

2. Увеличьте размер шрифта

На слайдах, предназначенных для того, чтобы раздать собравшимся, размер шрифта должен быть 10, а для демонстрации – не менее 18.

3. Увеличьте графические изображения

Убедитесь, что каждый графический элемент хорошо виден с задних рядов аудитории.

4. Измените цвет фона и текста

- На слайдах, предназначенных для демонстрации, пишите текст светлым шрифтом по темному фону.
- На слайдах, которые будете раздавать слушателям, пишите текст темным шрифтом по светлому фону.

5. Ограничьте цветовую палитру минимальным набором цветов

Во время всей презентации используйте не более трех-четырех цветов.

6. Используйте «Маркеры абзаца»

- Начинайте все абзацы одинаково (например, с глагола в одном и том же времени).
- Следите за тем, чтобы каждый абзац выражал законченную мысль. Не пользуйтесь слайдами, на которых есть лишь список слов (например, план, внедрение, оценка).

7. Используйте таблицы

- Таблицы должны быть простыми и краткими. Приводите в них только существенную информацию. Ограничьте их размер до одной страницы.

• Упорядочьте их по столбцам, а не строкам: в столбцах удобнее читать.

8. Используйте рисунки (картинки)

• Старайтесь не пользоваться стандартными средствами для вставки готовых фрагментов Microsoftclipart.

• Убедитесь, что картинки выдержаны в тоне презентации (например, не используйте формат комиксов на серьезной презентации).

• Желательно избегать в презентации рисунков, не несущих смысловой нагрузки.

9. Используйте видеоматериалы

• Вставка видеозарисовок по ходу презентации помогает разнообразить встречу и способствует концентрации внимания слушателей.

• Анимационные эффекты используются для привлечения внимания слушателей или для демонстрации динамики развития какого-либо процесса.

10. Используйте графики

• Не включайте в презентацию графики только ради того, чтобы они у вас были, поскольку неуместное использование графиков никак не улучшает презентацию.

• Используйте типы графиков, которые лучше всего иллюстрируют идею, которую вы стараетесь донести.

• Рисуйте простые графики; каждый график должен иллюстрировать одну мысль.

• Назовите каждый график так, чтобы название было содержательным.

• Используйте цвета для того, чтобы выделить какие-то моменты, а не сделать график симпатичным.

• Укажите единицы измерения (речь идет о десятках, тысячах или миллионах?).

• Не загружайте слайд ненужными примечаниями.

• Цвет графических изображений не должен резко контрастировать с общим стилевым оформлением слайда;

• Если графическое изображение используется в качестве фона, то текст на этом фоне должен быть хорошо читаем.

11. Используйте звуковое оформление

• Звуковое сопровождение должно отражать суть или подчеркивать особенность темы слайда, презентации;

• Необходимо выбрать оптимальную громкость, чтобы звук был слышен всем слушателям, но не был оглушительным;

• Если это фоновая музыка, то она должна не отвлекать внимание слушателей и не заглушать слова докладчика.

12. Правильно применяйте цифровые данные

• Проследите за тем, чтобы группы данных были дискретными (например, 1-10, 11-20, а не 1-10, 10-20).

• Данные необходимо подобрать так, чтобы их было удобно читать (например, упорядочить их по возрастанию или убыванию).

- Внизу под графиком укажите количество использованных в нем точек данных (например, п = 10).
- Ограничьте количество групп данных до шести. (Выберите пять самых важных групп)

13. Используйте единое стилевое оформление

- Стиль может включать: определенный шрифт (гарнитура и цвет), цвет фона или фоновый рисунок, декоративный элемент небольшого размера и др.;
- Не рекомендуется использовать в стилевом оформлении презентации более 3 цветов и более 3 типов шрифта;
- Оформление слайда не должно отвлекать внимание слушателей от его содержательной части;
- Все слайды презентации должны быть выдержаны в одном стиле.

14. Правильно применяйте текстовую информацию

- Для основного текста на слайдах не рекомендуется использовать прописные буквы.
- Шрифтовой контраст можно создать посредством: размера шрифта, толщины шрифта, начертания, формы, направления и цвета.
- Размер шрифта: 24–54 пункта (заголовок), 18–36 пунктов (обычный текст);
- Цвет шрифта и цвет фона должны контрастировать (текст должен хорошо читаться), но не резать глаза;
- Тип шрифта: для основного текста используйте гладкий шрифт без засечек (Arial, Tahoma, Verdana), для заголовка можно использовать декоративный шрифт, если он хорошо читаем;
- Курсив, подчеркивание, жирный шрифт, прописные буквы рекомендуется использовать только для смыслового выделения фрагмента текста;
- Шрифты с засечками (TimesNewRoman) читаются легче, чем гротески (шрифты без засечек).

15. Правильно выбирайте цветовую гамму

- Цветовая гамма должна состоять не более чем из двух-трех цветов.
- Существуют не сочетаемые комбинации цветов.
- Черный цвет имеет негативный (мрачный) подтекст.
- Белый текст на черном фоне читается плохо (инверсия плохо читается).

16. Правильно располагайте информационные блоки на слайде

- Информационных блоков не должно быть слишком много (3-6);
- Рекомендуемый размер одного информационного блока — не более 1/2 размера слайда;
- Желательно присутствие на странице блоков с разнотипной информацией (текст, графики, диаграммы, таблицы, рисунки), дополняющей друг друга;
- Ключевые слова в информационном блоке необходимо выделить;

• Информационные блоки лучше располагать горизонтально, связанные по смыслу блоки — слева направо;

• Наиболее важную информацию следует поместить в центр слайда;

17. Соблюдайте правила общей композиции

• На полосе не должно быть больше семи значимых объектов, так как человек не в состоянии запомнить за один раз более семи пунктов.

• Логотип на полосе должен располагаться справа внизу (слева наверху и т. д.).

• Логотип должен быть простой и лаконичной формы.

• Дизайн должен быть простым, а текст — коротким.

• Изображения домашних животных, детей, женщин и т.д. являются положительными образами.

• Крупные объекты в составе любой композиции смотрятся довольно неважно. Аршинные буквы в заголовках, кнопки навигации высотой в 40 пикселей, разделитель одного цвета, растянутый на весь экран — все это придает дизайну непрофессиональный вид.

Выполняя вышеизложенные правила, не стоит забывать, что на каждое подобное утверждение есть сотни примеров, доказывающих обратное. Поэтому приведенные утверждения нельзя назвать общими и универсальными правилами дизайна, они верны лишь в определенных случаях.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров
2	Аудитории №№ А317, А325, А326 – помещения для занятий семинарского	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Win-

	типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	dows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса –	26.06.2023	Антивирусное

	Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License		ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Научный руководитель «Основной профессиональной образовательной программы» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Заведующий кафедрой туризма и спортивного ориентирования к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ТЕХНОЛОГИИ ВЪЕЗДНОГО И ВЫЕЗДНОГО ТУРИЗМА

основной профессиональной образовательной программы
направления подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 2
Семестр – 3, 4
Итоговая форма контроля – зачет (4 семестр)

Рабочую программу разработала:
Бескостова А.А., к.ф.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта . 3
2. Результаты обучения по дисциплине 3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 4
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 5
5. Содержание дисциплины 5
5.1 Количество часов по видам занятий 5
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 8
5.2.1 Содержание лекционных занятий 8
5.2.2 Содержание практических занятий 9
6. Самостоятельная работа студентов 12
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 15
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 15
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 18
7.2.1 Формы текущего и промежуточного контроля 18
7.2.2 Тестовые задания для текущего контроля 18
7.2.3 Вопросы к зачету 23
7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи 25
8. Перечень литературы 33
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 34
9.1 Электронные библиотечные системы 34
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 34
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 35
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 42

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО 3++, по направлению подготовки **49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»** утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 943 от 19.09.2017 г., с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включают:

01 – Образование и наука (в сфере дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 – Культура, искусство (в сфере туризма, в сфере санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 – Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- педагогический;
- организационно-управленческий;
- научно-исследовательский;
- тренерский;
- организационно-методический;
- рекреационно-оздоровительный.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом

Результаты обучения по дисциплине	Соотнесенные профессиональные стандарты и код трудовой функции	Формируемые компетенции

Знает: - особенности и состав туристского продукта и его составных элементов; - составные части туроператорской деятельности; - особенности туроперейтинга в сфере международного въездного туризма; - особенности туроперейтинга в сфере международного выездного туризма; - способы продвижения экспортно- и импортно-ориентированного туристского продукта		ПК-8, ПК-9
Умеет: - компетентно определять необходимую структуру и содержание туристского продукта; - применять методику и технологию организации всех элементов и компонентов въездного туризма; - применять методику и технологию организации всех элементов и компонентов выездного туризма; - применять технологии и общие закономерности реализации продукта в туристской индустрии		ПК-8, ПК-9
Имеет опыт: - создания новых туристских продуктов и услуг с использованием современных технологий и методов проектирования во въездном туризме; - создания новых туристских продуктов и услуг с использованием современных технологий и методов проектирования во в выездном туризме; - владеет навыками и приемами реализации туристского продукта с использованием информационных и коммуникативных технологий		ПК-8, ПК-9

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Технологии въездного и выездного туризма» входит в блок дисциплин по выбору (Б1.В.ДВ.02.01) и базируется на знаниях, умениях

и навыках полученных при изучении таких дисциплин как «Основы туризма», «География рекреационных систем и туризма», «Туристские формальности», «ОНМД».

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в 3-4 семестрах по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачет.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Трудоемкость дисциплины **72** часа, из них 8 часов аудиторной работы и 60 часов самостоятельной работы, зачет – 4 часа.

Учебный процесс по курсу «Технологии въездного и выездного туризма» проводится в форме лекций, семинарских занятий и самостоятельной работы студентов.

Учет успеваемости ведется в виде микрозачетов по пройденным темам и итогового зачета, проводимого в срок, установленный учебным планом. Зачеты выставляются за знание пройденных разделов теоретического курса и выполнение установленных требований по практической и самостоятельной работе.

Виды учебной работы	**Всего часов**	**Семестр**
Контактная работа преподавателя со студентами	8	3, 4
Лекции	2	3
Практические/семинарские занятия	2 4	3 4
Лабораторные работы	0	
Аттестация – зачет	4	4
Самостоятельная работа	60	
Общая трудоемкость, часы	72	
Общая трудоемкость, ЗЕ	2	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Лекционные занятия	Методические занятия	Практические занятия	Семинарские занятия	Самостоятельная работа
Раздел 1. Технология въездного туризма							

Блок №1. Инкаминг как вид коммерческой деятельности на туристическом рынке.							
1.	Исторические формы въездного международного туризма в России.						2
2.	Экономический эффект въездного международного туризма.						2
3.	Политический и социально-культурный дефекты въездного международного туризма.						2
Блок №2. Особенности туроперейтинга в сфере международного въездного туризма.							
4.	Процесс производства национального туристического продукта.		2				4
5.	Технология экспортного производства национального турпродукта.					2	2
6.	Методика формирования туров по России для иностранных туристов.					1	2
Блок №3. Управление российским туристским продуктом.							
7.	Цены и ценовая политика въездного международного туризма.					1	2
8.	Управление экспортным национальным турпродуктом.						4

9.	Выбор и изучение зарубежных туристских рынков (сбытовых территорий).						2
Блок №4. Формальности въездного международного туризма.							
10.	Субъекты рынка иностранного туризма в РФ.						4
11.	Сделка как юридическая основа сотрудничества между российской и иностранной туристскими фирмами.						2
12.	Типы въездных туров в Россию.						2
13.	Обеспечение визовой поддержки иностранных туристов со стороны отечественных туроператоров.						4
Раздел 2. Технология выездного туризма							
Блок №1. Коммерческая деятельность на международном туристском рынке.							
1.	Аутгоинг как вид коммерческой деятельности на туристическом рынке.						4
2.	Технологии организации выездных туров.					2	4
Блок №2. Формальности международного выездного туризма.							
3.	Специфика оформления общегражданского загранпаспорта.						2
4.	Визовая поддержка туристов.						2
5.	Таможенные формальности.						2

6.	Особенности организации международных пассажирских перевозок.						2
7.	Страхование российских туристов, выезжающих за рубеж.						2
Блок №3. Продвижение зарубежного туристского продукта на отечественном рынке.							
8.	Особенности продвижения выездных туров.						4
Блок №4. Основные направления российского выездного туризма.							
9.	Основные направления выездного туризма из РФ.						4
	Аттестация - зачет						4
	Всего часов	**72**				**8**	**64**
Трудоемкость дисциплины: 2 з.е.							

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Тема 4. Процесс производства национального туристского продукта.

Лекция (2 часа)

1. Основные составляющие процесса производства туристского продукта.
2. Факторы национального туристского производства.
3. Характеристика туристских ресурсов как фактора производства турпродукта.
4. Характеристика капитала как фактора производства.
5. Трудовые ресурсы как фактор производства турпродукта.
6. Средства производства туристского продукта.
7. Инфраструктура, супраструктура туризма, информационное поле.
8. Технологии производства туристского продукта.

Изучение темы направлено ***на приобретение знаний*** особенностей и состава туристского продукта и его составных элементов; особенностей организации туристской деятельности в России во въездном туризме; ***формирование умений*** компетентно определять необходимую структуру и

содержание туристского продукта; применять на практике знания по созданию туристского продукта; ***опыта*** создания новых туристских продуктов и услуг с использованием современных технологий и методов проектирования во въездном туризме ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-8, ПК-9).*

5.2.2 Содержание практических занятий

Тема 5. Технология экспортного производства национального туристского продукта.

Семинарское занятие (2 часа)

1. Уровни производства туристского продукта: создание туристских услуг, формирование турпродукта.
2. Факторы, определяющие привлекательность турпродукта.
3. Основные формы сотрудничества инкаминговых туроператоров с национальными поставщиками туристских услуг.
4. Составление программы тура.
5. Основные туристские поставщики инкаминговых туроператоров и особенности их услуг.
6. Инкаминг как вид коммерческой деятельности на туристском рынке.

Изучение темы направлено ***на приобретение знаний*** особенностей и состава туристского продукта и его составных элементов; особенностей организации туристской деятельности в России во въездном туризме; ***формирование умений*** компетентно определять необходимую структуру и содержание туристского продукта; применять на практике знания по созданию туристского продукта; ***опыта*** создания новых туристских продуктов и услуг с использованием современных технологий и методов проектирования во въездном туризме ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-8, ПК-9).*

Литература

1. Косолапов, А.Б. Технология и организация туроператорской и турагентской деятельности: учебное пособие / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2018. – 294 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/925956/view2/1.
2. Косолапов, А.Б. Организация туристской деятельности: учебник / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2018. – 304 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/924108/view2/1.
3. Александрова, А.Ю. Международный туризм: учебник / А.Ю. Александрова [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2015. – 459 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/view3/916492/1.

4. Айрапетян, Г.А. Экономика международного туризма: учебное пособие / Г.А. Айрапетян, И.Н. Лякишева, В.И. Трухачев [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2016. – 256 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/920308/view2/1.
5. Пониматкина, Л.А. Организация деятельности в индустрии туризма и гостеприимства: учебное пособие / Л.А. Пониматкина, О.Е. Лебедева [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2022. – 333 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/947210.
6. Рябова, И.А. Экономика и организация туризма: международный туризм: учебное пособие / И.А. Рябова под ред., Ю.В. Забаев под ред., Е.Л. Драчева под ред. и др. [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2016. – 565 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/918096/view2/1.

Тема 6-7. Методика формирования туров по России для иностранных туристов. Цены и ценовая политика въездного международного туризма

Семинар-диалог (2 часа)

Методика формирования туров по России для иностранных туристов.

1. Роль маршрута в привлекательности турпродукта.
2. Сезонное распределение иностранного туризма.
3. Правила разработки туров российскими турфирмами для иностранных туристов.
4. Характеристика краткосрочных туров типа «стоп овер», тура с фиксированными датами, блок-тура.
5. Разработка «каталожных» туров.
6. Информационные услуги.

Цены и ценовая политика въездного международного туризма**.**

1. Цены и ценовая политика как важнейшее средство реализации маркетинговой стратегии.
2. Механизм ценообразования в международном въездном туризме.
3. Основные факторы, влияющие на уровень экспортных цен на туристские услуги: стоимость производства пакета туруслуг, учет уровня конкурирующих цен, спрос и предложение туристских услуг.
4. Политика цен на туристские услуги.
5. Практические рекомендации по формированию цен на комплексное обслуживание.

Изучение темы направлено ***на приобретение знаний*** особенностей и состава туристского продукта и его составных элементов, технологии и общих закономерностей реализации продукта в туристской индустрии; особенностей организации туристской деятельности в России во въездном туризме, теоретических основ расчета и затрат по организации деятельности предприятия туристской индустрии, ценообразование в туризме, развитие навыков владения методами и расчета и затрат по организации деятельности

предприятия туристской индустрии; ***умений*** компетентно определять необходимую структуру и содержание туристского продукта; применять на практике знания по созданию туристского продукта; ***опыта*** создания новых туристских продуктов и услуг с использованием современных технологий и методов проектирования во въездном туризме ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-8, ПК-9).*

Литература

1. Косолапов, А.Б. Технология и организация туроператорской и турагентской деятельности: учебное пособие / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2018. – 294 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/925956/view2/1.
2. Косолапов, А.Б. Организация туристской деятельности: учебник / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2018. – 304 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/924108/view2/1.
3. Левченко, К.К. Развитие въездного туризма и его влияние на экономику территории: монография / К.К. Левченко, Т.П. Левченко [Электронный ресурс]. – М.: Русайнс, 2020. – 115 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/935039.
4. Александрова, А.Ю. Международный туризм: учебник / А.Ю. Александрова [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2015. – 459 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/view3/916492/1.
5. Айрапетян, Г.А. Экономика международного туризма: учебное пособие / Г.А. Айрапетян, И.Н. Лякишева, В.И. Трухачев [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2016. – 256 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/920308/view2/1.
6. Пониматкина, Л.А. Организация деятельности в индустрии туризма и гостеприимства: учебное пособие / Л.А. Пониматкина, О.Е. Лебедева [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2022. – 333 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/947210.
7. Рябова, И.А. Экономика и организация туризма: международный туризм: учебное пособие / И.А. Рябова под ред., Ю.В. Забаев под ред., Е.Л. Драчева под ред. и др. [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2016. – 565 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/918096/view2/1.

Тема 15. Технологии организации выездных туров.

Семинарское занятие (2 часа)

1. Понятие meet-компаний.
2. Преимущества и недостатки сотрудничества туроператора с meet-компанией.
3. Разовые заявки, квотирование, туристский кредит.
4. Права и обязанности туроператора и meet-компании по договору о взаимном сотрудничестве.

5. Формы сотрудничества туроператоров и зарубежных гостиничных предприятий.
6. Аренда отеля.
7. Покупка блока мест на условиях комитмента.
8. Покупка блока мест на условиях элотмента.
9. Работа на условиях безотзывного бронирования.
10. Работа на условиях повышенной комиссии. Работа на условиях приоритетного бронирования.
11. Разовые заявки на условиях стандартной комиссии.

Изучение темы направлено на формирование умений составлять договорную документацию для всех контрагентов туристской деятельности, развитие навыков анализа и составления договорной документации; основ туроперейтинга и механизмов построения взаимоотношений между туроператорами и контрагентами туристской деятельности, ***умений*** компетентно определять необходимую структуру и содержание туристского продукта; применять на практике знания по созданию туристского продукта; ***опыта*** создания новых туристских продуктов и услуг с использованием современных технологий и методов проектирования в выездном туризме ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-8, ПК-9).*

Литература

1. Косолапов, А.Б. Технология и организация туроператорской и турагентской деятельности. Практикум: учебное пособие / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2026. – 268 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/960967.
2. Кусков, А.С. Технологии организации туроператорской деятельности: учебник / А.С. Кусков, Н.В. Сирик [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2021. – 383 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/940182.
3. Рябова, И.А. Экономика и организация туризма: международный туризм: учебное пособие / И.А. Рябова под ред., Ю.В. Забаев под ред., Е.Л. Драчева под ред. и др. [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2016. – 565 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/918096/view2/1.

6. Самостоятельная работа студентов

Самостоятельная работа студентов, направленная на углубление и закрепление знаний, а также развитие практических умений заключается в:

- работе студентов с лекционным материалом, поиск и анализ литературы и электронных источников информации по заданной проблеме;
- выполнении домашних заданий;
- изучении тем, вынесенных на самостоятельную проработку;
- изучении теоретического материала к практическим занятиям;

- подготовке к экзамену.

Перечень вопросов, выносимых для самостоятельной работы студентов:

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Исторические формы въездного международного туризма в России.	2	конспект	3 семестр
Экономический эффект въездного международного туризма.	2	конспект	3 семестр
Политический и социально-культурный дефекты въездного международного туризма.	2	конспект	3 семестр
Процесс производства национального туристического продукта.	4	конспект	3 семестр
Технология экспортного производства национального турпродукта.	2	конспект	3 семестр
Методика формирования туров по России для иностранных туристов.	2	конспект	3 семестр
Цены и ценовая политика въездного международного туризма.	2	конспект	3 семестр
Управление экспортным национальным турпродуктом.	4	конспект	3 семестр
Выбор и изучение зарубежных туристских рынков (сбытовых территорий).	2	конспект	3 семестр
Субъекты рынка иностранного туризма в РФ.	4	конспект	3 семестр
Сделка как юридическая основа сотрудничества между российской и иностранной туристскими фирмами.	2	конспект	3 семестр
Типы въездных туров в Россию.	2	конспект	3 семестр
Обеспечение визовой поддержки иностранных туристов со стороны отечественных туроператоров.	4	конспект	3 семестр
Аутгоинг как вид коммерческой деятельности на туристическом рынке.	2	конспект	4 семестр
Технологии организации выездных туров.	4	конспект	4 семестр
Специфика оформления	2	конспект	4 семестр

общегражданского загранпаспорта.			
Визовая поддержка туристов.	2	конспект	4 семестр
Таможенные формальности.	2	конспект	4 семестр
Особенности организации международных пассажирских перевозок.	2	конспект	4 семестр
Страхование российских туристов, выезжающих за рубеж.	2	конспект	4 семестр
Особенности продвижения выездных туров.	2	конспект	4 семестр
Основные направления выездного туризма из РФ.	4	конспект	4 семестр

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;
4. Работа с материалами УМК.

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом, у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит

реферат (сообщение, презентацию). В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
ПК-8 – способен реализовывать технологии турагентской и туроператорской деятельности		**Знает (пороговый уровень):** - технологии создания въездных туров; - процесс и технологии производства национального туристского продукта - схемы сотрудничества инкаминговых туроператоров с национальными туристскими поставщиками; - стратегии развития въездных туристских потоков в России; - методы формирования зарубежной партнерской сети; - технологии организации выездных туров; - права и обязанности туроператора и meet-компании по договору о взаимном сотрудничестве; - формы сотрудничества туроператоров и зарубежных гостиничных предприятий - основные направления выездного туризма из РФ; - формальности въездного выездного международного туризма. **Умеет (стандартный уровень):** - применять методику организации выездных и въездных туров, - использовать теорию туроперейтинга и направления ее практического применения при организации выездных и въездных туров; - определять схемы взаимоотношений отечественных туроператоров с

		зарубежными отелями, транспортными кампаниями и другими поставщиками туристских услуг; - определять туристские ресурсы стран, особенности туроперейтинга в их направлении; - понимать, анализировать и обосновывать взаимосвязь основных понятий и категорий туроператорской деятельности; - применять современные информационные и коммуникативные технологии в реализации туристского продукта и предоставлении услуг. **Имеет опыт (эталонный уровень):** - формирует туристский продукт, в т.ч. на основе современных информационно-коммуникативных технологий, а также с учетом индивидуальных и специальных требований туриста, - организует продажу туристского продукта и отдельных туристских услуг, - ведет переговоры с партнерами, согласовывает условия взаимодействия по реализации туристских продуктов.
ПК-9 – способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с целью успешной реализации рекреационно-оздоровительного, спортивного, туристского и фитнес продукта		**Знает (пороговый уровень):** - способы продвижения и продажи российского турпродукта на зарубежных рынках; - особенности продвижения выездных туров. **Умеет (стандартный уровень):** - применять современные информационные и коммуникативные технологии в реализации туристского продукта и предоставлении услуг. - выстраивать эффективную систему продвижения турпродуктов. **Имеет опыт (эталонный уровень):** - осуществляет проведение мероприятий по продвижению туристского продукта - осуществляет оценку эффективности проводимых мероприятий продвижения, отбор наиболее эффективных каналов, разрабатывает мероприятия по корректировке рекламных кампаний.

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

• ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Критерии оценки уровня развития компетенций

у студентов в рамках учебного курса, их соответствие по 4-х уровневой шкале

Критерии оценки компетенций	Традиционная (4-х уровневая) шкала оценки
«Отлично» – очень высокий уровень развития компетенций, отвечает всем требованиям ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	отлично
«Очень хорошо» – высокий уровень развития компетенций, отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	хорошо
«Хорошо» – уровень развития компетенций выше среднего, отвечает всем основным требованиям, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые из выполненных заданий, могут содержать ошибки	хорошо
«Удовлетворительно» – средний уровень развития компетенций, отвечает большинству основных требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не являются существенными, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, значительная часть заданий выполнены с ошибками	удовлетворительно

«Посредственно» уровень развития компетенций ниже среднего, не отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены, либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	удовлетворительно
«Неудовлетворительно» – низкий уровень развития компетенций, теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному.	Неудовлетво-рительно

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего и промежуточного контроля

Текущий контроль качества усвоения знаний проводится регулярно в течение всего семестра. Включает в себя тестовые задания и письменные работы.

Промежуточный контроль качества усвоения знаний: знать теоретический материал в соответствии с программой, сдать зачет по пройденным темам.

4 семестр – зачет.

7.2.2 Тестовые задания для текущего контроля

Инструкция. Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов, из предложенных, являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

Раздел: Технология выездного туризма

1. Международный посетитель, осуществляющий по меньшей мере одну ночевку в коллективном или индивидуальном средстве размещения в посещаемой стране:
- международный путешественник;
- международный посетитель;
- **международный турист;**
- международный однодневный посетитель.

2. Туроперейтинг в сфере международного туризма, направленный на создание туристского пакета из услуг, работающих на территории России поставщиков:
- **инкаминг;**

- инсайдинг;
- аутгоинг.

3. Фактор экономической эффективности въездного туризма, вызванный необходимостью несения расходов туристами во время отдыха:
- увеличение числа прибытий иностранных туристов;
- рост потребительского спроса;
- **привлечение сбережений иностранных граждан;**
- рост производства и объемов продаж национального турпродукта.

4. Рост потребительского спроса в принимающем регионе вызывает:
- снижение цен в сезон;
- **повышение цен в сезон;**
- снижение цен в несезон;
- повышение цен в несезон.

5. Туристские ресурсы, созданные при непосредственном участии человека или всего общества:
- **антропогенные;**
- природные;
- природно-антропогенные.

6. Рекреационные туристские объекты относятся к:
- **природным туристским ресурсам;**
- антропогенным туристским ресурсам;
- природно-антропогенным туристским ресурсам.

7. Процесс создания на основе факторов и средств производства при помощи технологий готового к употреблению потенциальными туристами турпродукта:
- продвижение турпродукта;
- **производство турпродукта;**
- ценообразование турпродукта.

8. Элементами инфраструктуры туризма выступают:
- **материальная база субъектов хозяйствования;**
- государственные структуры или организации;
- **система некоммерческих и коммерческих организаций, функционирующих в целях поддержки и развития туризма;**
- иностранные государственные учреждения;
- все ответы верны.

9. Дополнительные услуги, определяемые целями тура:
- отдых;
- питание;
- проживание;
- **развлечения.**

10. Предварительный заказ определенного количества туристских услуг указанного качества:
- предоплата туристских услуг;
- **бронирование;**
- бартер;

- полная оплата.

11. Отдельная часть тура, принадлежащая одной турфирме, включается в тур, продаваемый другой российской фирмой иностранным туристам как целый турпродукт:
- блок-тур;
- **интегрированный тур;**
- пекидж-тур.

12. Наиболее популярный вид транспортного обслуживания для поездок иностранных туристов в РФ:
- **авиационный транспорт;**
- ж/д транспорт;
- автомобильный транспорт;
- водный транспорт.

13. Наличие в предложениях отечественных туроператоров многочисленных географических направлений въездного туризма, привлекательных для иностранного потребителя в течение всего года:
- глубокий ассортимент въездных туров;
- равномерный ассортимент въездных туров;
- узкий ассортимент въездных туров;
- **широкий ассортимент въездных туров.**

14. Возможность изменения отдельных характеристик тура для удовлетворения туристских потребностей большого количества потребителей:
- ценообразование турпродукта;
- **модификация турпродукта;**
- формирование турпродукта;
- продвижение турпродукта.

15. Сумма цен на услуги, законтрактованные у туристских поставщиков и включенные в турпакет:
- цена турпродукта;
- **себестоимость турпродукта;**
- величина скидки на турпродукт.

16. Изменение цен на турпродукт, базирующихся на более высокой категории гостиничного размещения:
- дифференциация цен на обслуживание по различным туристским центрам;
- дифференциация цен в зависимости от количества услуг;
- сезонная дифференциация цен;
- **дифференциация цен в зависимости от качества услуг.**

17. Оптимальный уровень цен на туристские услуги фиксируется, когда:
- **спрос соответствует предложению;**
- спрос превышает предложение;
- предложение превышает спрос.

18. Сумма договорных цен на размещение в гостинице, питание, транспорт, экскурсионное обслуживание:
- цена на отдельные туристские услуги;
- **цена на комплексное обслуживание;**

- цена за один день тура.

19. Регион, являющийся крупнейшим участником международного туристского обмена:
- Африка;
- **Европа;**
- Юго-Восточная Азия;
- Ближний Восток.

20. Свидетельство регистрации инкамингового туроператора при департаменте консульской службы МИД РФ:
- **референс-номер;**
- лицензия;
- сертификат.

Раздел: Технология выездного туризма

1. Туроператор, специализирующийся на разработке, продвижении и реализации выездных туров:
- инкаминговый туроператор;
- **аутгоинговый туроператор;**
- инсайдинговый туроператор.

2. Функция туроператора, являющаяся формой маркетинговой активности туроператора:
- функция ценообразования;
- новаторская функция;
- **функция продвижения туристского продукта;**
- функция планирования тура.

3. Функция туроператора, дающая возможность оказывать давление на предприятия других сфер экономики:
- **операторское лобби;**
- интегрирующая функция;
- бюджетообразующая функция;
- функция продвижения турподукта.

4. Функция туроператора, заключающаяся в создании принципиально нового туристского продукта, максимально отвечающего существующим потребностям туристов:
- функция планирования тура;
- маркетинговая функция;
- интегрирующая функция;
- **новаторская функция.**

5. Какая схема организации туров подразумевает контактирование аутгоингового туроператора со всеми поставщиками туруслуг?
- непрезентативная;
- репрезентативная;
- **презентативная;**
- опосредованная.

6. Положительной чертой прямой схемы организации туров является:
- **непосредственная ответственность туроператора за качество продаваемых услуг;**
- экономическая выгода;
- упрощение процедуры международных переводов валюты;

- необходимость владеть большой информационной базой.

7. Форма, сотрудничества туроператора и зарубежных предприятий, при которой оператор заявляет о размерах и длительности собственного блока мест, не оплачивая его предварительно:
- покупка блока мест на условиях комитмента;
- **покупка блока мест на условиях элотмента;**
- работа на условиях безотзывного бронирования;
- работа на условиях повышенной комиссии.

8. Meet-компания – это:
- **зарубежный инкаминговый туроператор;**
- российский инсайд-туроператор;
- зарубежный аутгоинговый туроператор;
- зарубежный инсайд-туроператор.

9. Обмен права хотельера на пользование гостиничными номерами на уплачиваемую туроператором сумму арендной платы:
- работа на условиях повышенной комиссии;
- **аренда отеля;**
- работа на условиях приоритетного бронирования;
- работа на условиях безотзвного бронирования.

10. За время аренды отеля хотельер не имеет права:
- контролировать качество гостиничных услуг;
- управлять гостиницей;
- **бронировать номера;**
- оплачивать коммунальные платежи.

11. Общегражданский заграничный паспорт нового образца выдается гражданину РФ на срок:
- 3 года;
- **10 лет**;
- 5 лет**;**
- 2 года.

12. Основанием для получения туристской визы является:
- **приглашение принимающего туроператора или гостиничного предприятия;**
- туристская путевка;
- анкета туриста;
- туристский ваучер.

13. Авиаперевозки вне расписания:
- регулярные;
- дополнительные;
- **чартерные.**

14. Туроператор, форма работы которого не подразумевает фрахт воздушных судов:
- абсолютный флайтер;
- относительный флайтер;
- **нон-флайтер;**
- прямой флайтер.

15. Организация авиаперевозок, при которой на одном участке пути пассажиры летят регулярными рейсами, на оставшемся – чартерными:
- **сплит-чартеры;**
- поличартерные перевозки;
- транзит-чартеры;
- шаттл-чартеры.

16. Наиболее приемлемой для туроперейтинга формой взаимоотношения с ж/д транспортом является:
- продажа ж/д билетов в офисе туроператора;
- бронирование ж/д билетов для групп туристов через ж/д кассы;
- **организация туристских поездов и вагонов;**
- бронирование блока мест в ж/д вагонах.

17. Тип маршрута автомобильных перевозок, предполагающий ежедневные утренние выезды из Москвы в города Золотого Кольца и вечерние возвращения в Москву:
- **радиальный;**
- линейный;
- кольцевой.

18. Фрахт водного судна, при котором туроператор арендует лайнер на период навигации:
- разовый;
- **сезонный;**
- полисезонный;
- межсезонный.

7.2.3 Вопросы к зачету

1. Понятие «инкаминг». Отличительные черты инкаминга как вида туристской деятельности.
2. Факторы национального туристского производства: классификация туристских ресурсов, характеристика капитала как фактора производства туристского продукта, трудовые ресурсы.
3. Средства производства туристского продукта.
4. Технологии производства туристского продукта, классификация.
5. Этапы формирования туристского продукта. Процесс формирования въездных туров.
6. Основные формы сотрудничества инкаминговых туроператоров с национальными поставщиками туристских услуг.
7. Процесс составления программы тура, ее характеристика.
8. Страхование иностранных туристов.
9. Основные способы продажи туристского продукта на иностранном туристском рынке.
10. Способы формирования туров для иностранных туристов.
11. Понятие управления экспортным туристским продуктом, основные компоненты управления турпродуктом.
12. Ассортимент въездных туров.

13. Зарубежные партнеры российских принимающих туристских фирм.
14. Характеристика сделки купли-продажи.
15. Каналы розничной продажи российского турпродукта на зарубежных туристских рынках.
16. Характеристика деятельности туристской принимающей фирмы.
17. Основные функции туристского оператора. Классификация международных туроператоров.
18. Схемы работы туристского оператора с иностранными meet-компаниями.
19. Аренда отеля. Покупка блока мест на условиях комитмента и элотмента.
20. Работа на условиях безотзывного бронирования и повышенной комиссии. Разовые заявки на условиях стандартной комиссии, работа на условиях приоритетного бронирования.
21. Порядок оформления ОЗП.
22. Виды виз.
23. Страхование от невыезда. Обязательное страхование медицинских расходов граждан, временно пребывающих на территории иностранных государств.
24. Основные функции туристских агентств. Способы стимулирования деятельности туристского агентства.

7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи

Практическое задание 1 «Типы въездных туров»
Материалы для обсуждения

Типы въездных туров в Российской Федерации: экскурсионный, рекреационный, спортивный, лечебный, охотничий, этнический, деловой, инсентив-туры, конгрессный, учебный, конфессиональный, событийный, экологический, приключенческий, автотуризм, морские и речные круизы.

Особенности туристских ресурсов и их размещения по территории нашей страны, климатические условия России, степень развития её туристской инфраструктуры и исторические предпосылки способствовали формированию и популяризации нескольких типов въездных туров, которые не только имеют наибольшую рентабельность, но и формируют определённый образ нашей страны как туристской дестинации в сознании иностранных потребителей. Среди таких туров с можно выделить познавательные, экстремальные, экологические туры, круизы по рекам и озёрам, а также деловые и событийные поездки.

Задание: законспектировать в виде таблицы с примерами:

1. Познавательные туры.

Основными объектами туристского интереса в познавательных турах являются исторические, этнографические, архитектурные, социальные, культурные, научные туристские ресурсы страны. Познавательный тур подразумевает предоставление туристу максимального комфорта.

2. Экстремальные туры.

Экстремальные туры представляют собой поездки, сопряжённые с определённым риском для жизни или здоровья путешественника. Отправляющийся в экстремальный тур путешественник желает ощутить чувство страха, прилив адреналина в кровь, зарядиться энергией. Организация экстремальных туров требует постоянного сопровождения туристов опытным инструктором-проводником, гидом-переводчиком, а также людьми, могущими оказать первую медицинскую помощь и отвечающими за качество питания во время тура. Организация такого тура характерна также спецификой страхования туристов.

3. Экологические туры.

Главная цель участия в экологических турах – знакомство и единение с дикой природой. Актуальность и потенциал экологического туризма в России обеспечивают не только наличие у нас огромных, слабо освоенных человеком территорий (Сибирь, Дальний Восток, Карелия, Северный Урал) с уникальными ландшафтами, животным и растительным миром, но и отсутствием необходимости осуществления крупномасштабных инвестиций в туристскую инфраструктуру экотуризма.

4. Речные круизы.

Круизы по рекам и озёрам России – один из наиболее известных и продаваемых за рубежом видов национального туристского продукта.

Особенность круизов как вида путешествия – совмещение транспортного средства, средства размещения, питания и досуга на борту лайнера позволяет их организаторам разрешить основную проблему отечественного – отсутствие средств размещения, предлагающих соответствующие мировым стандартам качества услуги и неразвитость туристской инфраструктуры (особенно в провинции).

5. Деловые туры.

Особенность деловых поездок в том, что главной их целью является участие в деловых мероприятия, проводимых в посещаемой местности (стране или городе). Ещё одной особенностью делового тура является высокий (или выше среднего) уровень качества предоставляемых услуг.

6. Событийные туры.

Главной целью событийного тура является посещение туристом или его непосредственное участие в конкретном мероприятии или событии. Событийные туры чаще всего непродолжительные (2-5 дней). Помимо непосредственного посещения события, включают в себя организацию основной перевозки, размещения, трансферов по программе, визовую поддержку, а также ненавязчивое (обычно за дополнительную плату) экскурсионное обслуживание.

Основу туристского потенциала большинства регионов России составляют разнообразие природы, богатство культурного наследия и в некоторых случаях – близкое географическое расположение к туристским рынкам других стран. Существует деление регионов РФ по уровню туристского предложения, где учитываются неравномерности распределения туристских ресурсов на территории страны и различный уровень развития туристской инфраструктуры и кадрового потенциала. Исходя из этого существует три типа регионов.

Задание: Обозначить на контурной карте нижеперечисленные регионы

1. Регионы с высоким уровнем развития туристского продукта:
   - Москва и Московская область;
   - Санкт-Петербург и Ленинградская область;
   - район Кавказских Минеральных Вод;
   - Краснодарский край;
   - Калининградская область;
   - регионы Золотого Кольца.
2. Регионы со средним уровнем развития туристского продукта:
   - Северо-Западный регион;
   - Тверская область;
   - Центральная Россия;
   - Татарстан;
   - Поволжье;
   - такие республики Северного Кавказа, как Карачаево-Черкесия и Кабардино-Балкария;
   - Ростовская область;

- Иркутская область;
- Приморский край;
- Камчатка;
- Мурманская область;
- Ханты-Мансийский автономный округ.

3. Регионы с недостаточным уровнем развития туристского продукта, но обладающие значительным потенциалом для перспективного развития:

- прибрежные территории Каспийского и Азовского морей;
- районы Крайнего Севера (Арктика, Земля Франца-Иосифа);
- Дальневосточный регион (Курилы, Командорские острова, Якутия, Хабаровский край, Чукотка, Магаданская область);
- Западная Сибирь (Алтай, Красноярский край и др.);
- Тува (п. Кунгуртуг, озеро Тере-Холь, крепость Пор-Бажын);
- Бурятия;
- Урал.

Практическое задание 2. «Обеспечение визовой поддержки иностранных туристов»

Материалы для обсуждения

Порядок въезда в Российскую Федерацию иностранных граждан и лиц без гражданства установлен следующими законодательными и нормативными правовыми актами:

1. Федеральным Законом Российской Федерации от 15.08.96 г. № 114-ФЗ «О порядке выезда из Российской Федерации и въезда в Российскую Федерацию» (с изменениями и дополнениями);

2. Федеральным Законом Российской Федерации от 25 июля 2002 г. № 115-ФЗ «О правовом положении иностранных граждан» в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

3. Постановлением Правительства РФ от 26 января 2012 г. № 18 «О внесении изменений в некоторые акты Правительства Российской Федерации по вопросам содержания, средств и методов контроля, порядка его осуществления при пропуске лиц, транспортных средств, грузов, товаров и животных через государственную границу Российской Федерации, а также обеспечения этой деятельности» (с изменениями и дополнениями);

4. Постановление Правительства РФ от 9 июня 2003 г. № 335 «Об утверждении Положения об установлении формы визы, порядка и условий её оформления и выдачи, продления срока её действия, восстановления её в случае утраты, а также порядка аннулирования визы» (с изменениями и дополнениями);

5. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях от 30 декабря 2001 г. N 195-ФЗ (КоАП РФ) (с изменениями и дополнениями);

6. Федеральным Законом Российской Федерации от 30.03.95 г. № 38-ФЗ «О предупреждении распространения в Российской Федерации

заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)» (с изменениями и дополнениями);

7. Таможенным кодексом Евразийского экономического союза (ред. от 29.05.2019);

8. Федеральным законом РФ от 29 ноября 2010 г. N 326-ФЗ «Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).

Иностранные граждане и лица без гражданства могут въезжать в Российскую Федерацию и выезжать из Российской Федерации при наличии российской визы по действительным документам, удостоверяющим их личность и признаваемым Российской Федерацией в этом качестве, если иное не предусмотрено международными договорами Российской Федерации.

1. В работе аутгоинг-туроператора необходимо внимательно изучать окончание срока действия заграничного паспорта, поскольку в посольствах и консульствах ряда стран имеются ограничения в выдаче виз, если до окончания срока действия паспорта осталось менее 2, 3, 6 месяцев. Поэтому менеджерам аутгоинговых операторов необходимо проверять сроки действия заграничных паспортов своих клиентов вне зависимости от того, в визовую или в безвизовую страну они направляются.

2. Наряду с общегражданскими заграничными паспортами в РФ действуют:

- служебный паспорт (синего цвета), который выдаётся должностным лицам и сопровождающим их в служебной командировке работникам административно-технических служб, федеральных органов исполнительной власти, прочим государственным чиновникам;

- дипломатический паспорт (зелёного цвета) выдаётся Министерством иностранных дел российским гражданам, выезжающим на дипломатическую работу, а также их супругам, следующим вместе с ними;

- паспорт моряка (бордового цвета), удостоверение личности моряка – выдаётся российским гражданам для пересечения границы РФ на судне, в штат (судовую роль) которого включён владелец паспорта.

3. Виза – разрешение на въезд конкретному лицу на территорию соответствующего государства, на выезд с этой территории и проезд через неё. Исходя из этого визы могут быть въездными, выездными и транзитными. Кроме того, виза может быть однократной (на единичный въезд в страну на определённый срок) и многократной (даёт право пересекать границу страны сколько угодно раз в течение определённого времени). В ряде случаев в многократной визе может указываться ограничение количества поездок и их продолжительность (например, 12 раз в год). По назначению визы бывают: служебные, гостевая (с правом работы), иммиграционная, туристская (например, в США выделяют более 20 видов виз).

Туристская виза – отметка в паспорте дипломатическим представительством иностранного государства, дающая право его владельцу на временный въезд на территорию государства, выдавшего визу с целью туризма и отдыха. Турист, пребывающий в страну по туристской визе, не имеет права заниматься в стране посещения оплачиваемой работой. Туристская виза в большинстве случаев даёт право свободного передвижения по территории соответствующего государства, если иммиграционные правила не диктуют прочих условий.

Визы различаются по категориям, виду и кратности.

За оформление визы, в том числе за продление срока её действия и восстановление, взимается государственная пошлина и иные сборы, установленные законодательством Российской Федерации.

Для посещения России с деловыми целями предусматривается порядок получения визы, требующий оформления приглашения.

Для посещения РФ с туристскими целями предусматривается порядок оформления визы, выдаваемой Посольствами и Консульствами РФ за рубежом на основании Подтверждений на оказание услуг, которые в свою очередь оформляются турфирмами-рецептивами, имеющими номер-референс в МИДе.

Согласно Таможенному кодексу Евразийского экономического союза физические лица должны декларировать в письменной форме ввозимую в Российскую Федерацию наличную иностранную валюту, валюту Российской Федерации, дорожные чеки, внешние и внутренние ценные бумаги в документарной форме, если их общая сумма в эквиваленте превышает 10 000 долларов США.

Обязательному декларированию при ввозе/вывозе в письменном виде подлежат также драгоценные металлы в любом виде и состоянии за исключением перемещаемых с целью временного ввоза личных ювелирных и других изделий; драгоценные камни и др. в соответствии с актуальными таможенными правилами РФ.

Также работникам туроператора следует учитывать возможности оказания визовой поддержки гражданам стран СНГ, с которыми у РФ существует соответствующая двусторонняя договорённость (например, граждане Казахстана могут получить визу через российского оператора, если в паспорте гражданина стоит выездная виза казахстанской иммиграционной службы).

Работа с посольствами и консульскими службами – один из самых проблемных участков российского аутгоинга, особенно в пиковые сезоны, когда работники отделов виз не справляются с потоком туристов. В связи с тем, что работа с посольствами занимает много времени и сил (необходимость выстаивать очереди как при сдаче документов, так и при их получении), а также денежных трат (особенно для региональных операторов, которым необходимо для получения виз обращаться в Москву), туроператоры (причем и столичные, и провинциальные) предпочитают

обращаться за помощью в открытии виз к туроператорам, имеющим аккредитацию в том или ином посольстве.

Учитывая большие размеры территории РФ, правительствами ряда государств уже в течение нескольких лет применяется система открытия консульских служб своей страны в удалённых от Москвы регионах РФ. Региональное консульство аналогично посольству, имеет право выдавать въездные визы. Место расположения консульств выбирается по нескольким принципам:

- принцип барьерности – расположение консульств непосредственно в приграничных с иностранным государством регионах (например, консульство Финляндии в Санкт-Петербурге, КНР – во Владивостоке);
- принцип перспективности – расположение консульств в регионах РФ, население которых наиболее заинтересовано в совершении туристских или деловых поездок в зарубежное государство (например, консульство Греции в Новороссийске);
- принцип национальности – расположение консульств в регионах РФ, в населении которого доля этнических граждан зарубежного государства наиболее высокая (например, консульство Армении в Ростове-на-Дону).

Задания:

1. Составить перечень 30 стран, у которых с Россией сложились безвизовые отношения для въезда иностранных граждан.
2. Составить таблицу существующих и действующих консульств иностранных государств на территории города Смоленска.
3. Выявить список необходимых документов для получения российской визы гражданами государства (по выбору студента).

Практическое задание 3. Практическое задание «Формирование туров по России для иностранных туристов»

Задание. Разработайте проект тура в одной из доминантных для въездного туризма туристских зон Российской Федерации на 5-7 дней. Продумайте маршрут путешествия и программу обслуживания. Предоставьте калькуляцию тура.

Туристские зоны РФ:

1 Западная туристская зона
2 Северо-западная туристская зона
3 Центральная туристская зона
4 Южно-Русская туристская зона
5 Поволжская туристская зона
6 Уральская туристская зона
7 Приазовско-Черноморская туристская зона
8 Кавказская туристская зона
9 Обско-Алтайская туристская зона
10 Енисейская туристская зона
11 Байкальская туристская зона

12 Дальневосточная туристская зона

13 Российский Север

Методические указания к разработке туристского маршрута

При выборе темы разработки тура студент должен учесть свой интерес к определённому виду туризма, к какой-либо туристской зоне страны, в определённой сфере человеческой жизни. Кроме того, выбор темы может зависеть от знания или интереса к какой-либо стороне туристского бизнеса (путешествия, походы, экскурсии, отдых, лечение и т.д.).

Изначально тема разработки зависит от цели разрабатываемого путешествия. Например, целью разрабатываемого путешествия могут быть: отдых; познавательный интерес; спорт; оздоровление, лечение; самодеятельный поход; деловые интересы; хобби; праздники, фестивали, конкурсы; рыбалка, охота; коммерческий интерес; учёба, наука; природа, экология; религия, духовные учения; приключения и т.д.

Определив цель путешествия, студент может увязать её с каким-либо географическим районом, объектом туризма и выбрать форму путешествия (поход, экскурсия, стационарный отдых и т.д.).

План разработки тура

1. Собрать краткую географическую характеристику района путешествия (географическое положение, территориальная принадлежность, климат, природа, ресурсы и т.д.).

2. Краткая историческая справка (происхождение местности, важнейшие события, роль в международной истории и др.).

3. Указать сезонность путешествия (круглогодичный, сезонный маршрут, предпочтительное время для путешествия).

4. Выбрать форму участия в путешествии (индивидуальный, групповой, семейный).

5. Указать возраст туристов, для которых разработан тур (детский, молодёжный, зрелый, смешанный).

6. Указать продолжительность путешествия (5-7 дней).

7. Выяснить возможности выбора способов передвижения по пути к месту начала путешествия, а также все виды транспорта, которые могут быть предоставлены туристу во тура (авиационный, железнодорожный, водный, автомобильный, конный, велосипедный транспорт, а также канатная, монорельсовая дороги, фуникулёр, дирижабль, дельтаплан, воздушный шар и др.).

8. Выбрать формы проживания в месте отдыха или путешествия (гостиница, мотель, ротель, кемпинг, пансионат, турбаза, приют, хостель, таймшер, флотель, ботель).

9. Составить интересную и разнообразную программу путешествия, включая досуговые развлечения. В качестве основной программы путешествия может быть осмотр исторических достопримечательностей; лечение грязями, водами; обучение иностранным языкам; изучение ремёсел, обычаев; прохождение туристского маршрута и т.д.

Досуговые развлечения предполагают: посещение кинотеатров, концертных залов; посещение выставок, вернисажей, галерей; участие в праздниках, шоу, дискотеках; посещение спортивных комплексов, тренажёрных залов, бассейнов, теннисных кортов; экскурсии; катание на лодках, яхтах, сёрфинг, водные лыжи и др.; посещение зоопарков, заповедников, аквариумов; посещение казино, залов игровых автоматов игровых автоматов, компьютерных игр и др.

10. Указать туристские формальности для посещения иностранными туристами региона РФ.

Оформление разработки тура

Текст тура может быть рукописным, либо машинописным, объёмом 5-10 листов, с титульным листом, оформленным по установленным учебным заведением требованиям.

Работа по желанию студента может быть оформлена вырезками из журналов, газет, фотографиями, рисунками, схемами. Тексты работы должны быть скреплены, либо прошиты, страницы пронумерованы.

Практическое задание 4. Практическое задание «Технологии организации выездных туров»

Задание. Разработайте проект тура в одном из доминантных для выездного туризма РФ туристском регионе мира на 5-7 дней. Продумайте маршрут путешествия и программу обслуживания. Предоставьте калькуляцию тура.

Туристские регионы:

1. Европа (Восточная, Западная, Южная, Северная).
2. Америка (Северная, Центральная, Южная)
3. Азия (ЮВА, АТР).
4. Ближний Восток.
5. Африка.

План разработки тура

1. Собрать краткую географическую характеристику района путешествия (географическое положение, территориальная принадлежность, климат, природа, ресурсы и т.д.).
2. Краткая историческая справка (происхождение местности, важнейшие события, роль в международной истории и др.).
3. Указать сезонность путешествия (круглогодичный, сезонный маршрут, предпочтительное время для путешествия).
4. Выбрать форму участия в путешествии (индивидуальный, групповой, семейный).
5. Указать возраст туристов, для которых разработан тур (детский, молодёжный, зрелый, смешанный).
6. Указать продолжительность путешествия (5-7 дней).

7. Выяснить возможности выбора способов передвижения по пути к месту начала путешествия, а также все виды транспорта, которые могут быть предоставлены туристу во тура (авиационный, железнодорожный, водный, автомобильный, конный, велосипедный транспорт, а также канатная, монорельсовая дороги, фуникулёр, дирижабль, дельтаплан, воздушный шар и др.).

8. Выбрать формы проживания в месте отдыха или путешествия (гостиница, мотель, ротель, кемпинг, пансионат, турбаза, приют, хостель, таймшер, флотель, ботель).

9. Составить интересную и разнообразную программу путешествия, включая досуговые развлечения. В качестве основной программы путешествия может быть осмотр исторических достопримечательностей; лечение грязями, водами; обучение иностранным языкам; изучение ремёсел, обычаев; прохождение туристского маршрута и т.д.

10. Указать туристские формальности для посещения данного региона для российских туристов.

Оформление разработки тура

Текст тура может быть рукописным, либо машинописным, объёмом 5-10 листов, с титульным листом, оформленным по установленным учебным заведением требованиям.

Работа по желанию студента может быть оформлена вырезками из журналов, газет, фотографиями, рисунками, схемами. Тексты работы должны быть скреплены, либо прошиты, страницы пронумерованы.

8. Перечень литературы

Для качественного усвоения учебного материала необходимо обеспечить доступ каждого студента к библиотечным фондам.

Также необходимо наличие следующего учебно-методического материала: 1) наглядных пособий по разделам учебной программы; 2) Государственный образовательный стандарт по направлению 43.03.02 «Туризм»; 3) учебные пособия и методические рекомендации.

Литература

1. Айрапетян, Г.А. Экономика международного туризма: учебное пособие / Г.А. Айрапетян, И.Н. Лякишева, В.И. Трухачев [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2016. – 256 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/920308/view2/1.
2. Косолапов, А.Б. Технология и организация туроператорской и турагентской деятельности. Практикум: учебное пособие / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2026. – 268 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/960967.

3. Косолапов, А.Б. Организация туристской деятельности: учебник / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2021. – 304 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/940140.
4. Кусков, А.С. Технологии организации туроператорской деятельности: учебник / А.С. Кусков, Н.В. Сирик [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2021. – 383 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/940182.
5. Левченко, К.К. Развитие въездного туризма и его влияние на экономику территории: монография / К.К. Левченко, Т.П. Левченко [Электронный ресурс]. – М.: Русайнс, 2020. – 115 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/935039.
6. Рябова, И.А. Экономика и организация туризма: международный туризм: учебное пособие / И.А. Рябова под ред., Ю.В. Забаев под ред., Е.Л. Драчева под ред. и др. [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2016. – 565 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/918096/view2/1.
7. Александрова, А.Ю. Международный туризм: учебник / А.Ю. Александрова [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2022. – 459 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/942816.
8. Пониматкина, Л.А. Организация деятельности в индустрии туризма и гостеприимства: учебное пособие / Л.А. Пониматкина, О.Е. Лебедева [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2022. – 333 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/947210.
9. Сарафанова, Е.В. Маркетинг в туризме: учеб. пособие / Е.В. Сарафанова, А.В. Яцук. – М.: Альфа-М, 2007. – 240 с.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: https://elibrary.ru/defaultx.asp
2. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс].– Режим доступа: https://lib.rucont.ru/search
3. ЭБС «Университетская Библиотека Онлайн» [Электронный ресурс] . – Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Федеральные порталы, образовательные ресурсы:

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Национальный туристический портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://russia.travel

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света – справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет – интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.krugosvet.ru

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. – Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.library.ru
3. Российская национальная библиотека[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nlr.ru

Федерации, ассоциации и союзы:

1. Ассоциации содействия туристским технологиям[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.astt.ru

Периодические издания:

1. Вестник Национальной академии туризма[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nat-moo.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

- необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;
- записывать удобнее на одной стороне листа;
- записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;
- следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;
- на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.

2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.

3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.

4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.

5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.

6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления *7 – 10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического

воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат завершается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента.

Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

Рекомендации студентам по подготовке презентаций

Чтобы презентация хорошо воспринималась слушателями и не вызывала отрицательных эмоций (подсознательных или вполне осознанных), необходимо соблюдать правила ее оформления.

1. Опустите ненужные частности на слайде презентации

- Уменьшите количество слов на слайде.
- Опустите все ссылки на источники и примечания.

2. Увеличьте размер шрифта

На слайдах, предназначенных для того, чтобы раздать собравшимся, размер шрифта должен быть 10, а для демонстрации – не менее 18.

3.Увеличьте графические изображения

Убедитесь, что каждый графический элемент хорошо виден с задних рядов аудитории.

4.Измените цвет фона и текста

- На слайдах, предназначенных для демонстрации, пишите текст светлым шрифтом по темному фону.
- На слайдах, которые будете раздавать слушателям, пишите текст темным шрифтом по светлому фону.

5. Ограничьте цветовую палитру минимальным набором цветов

Во время всей презентации используйте не более трех-четырех цветов.

6. Используйте «Маркеры абзаца»

- Начинайте все абзацы одинаково (например, с глагола в одном и том же времени).

- Следите за тем, чтобы каждый абзац выражал законченную мысль. Не пользуйтесь слайдами, на которых есть лишь список слов (например, план, внедрение, оценка).

7. Используйте таблицы

- Таблицы должны быть простыми и краткими. Приводите в них только существенную информацию. Ограничьте их размер до одной страницы.
- Упорядочьте их по столбцам, а не строкам: в столбцах удобнее читать.

8. Используйте рисунки (картинки)

- Старайтесь не пользоваться стандартными средствами для вставки готовых фрагментов Microsoftclipart.
- Убедитесь, что картинки выдержаны в тоне презентации (например, не используйте формат комиксов на серьезной презентации).
- Желательно избегать в презентации рисунков, не несущих смысловой нагрузки.

9. Используйте видеоматериалы

- Вставка видеозарисовок по ходу презентации помогает разнообразить встречу и способствует концентрации внимания слушателей.
- Анимационные эффекты используются для привлечения внимания слушателей или для демонстрации динамики развития какого-либо процесса.

10. Используйте графики

- Не включайте в презентацию графики только ради того, чтобы они у вас были, поскольку неуместное использование графиков никак не улучшает презентацию.
- Используйте типы графиков, которые лучше всего иллюстрируют идею, которую вы стараетесь донести.
- Рисуйте простые графики; каждый график должен иллюстрировать одну мысль.
- Назовите каждый график так, чтобы название было содержательным.
- Используйте цвета для того, чтобы выделить какие-то моменты, а не сделать график симпатичным.
- Укажите единицы измерения (речь идет о десятках, тысячах или миллионах?).
- Не загружайте слайд ненужными примечаниями.
- Цвет графических изображений не должен резко контрастировать с общим стилевым оформлением слайда;
- Если графическое изображение используется в качестве фона, то текст на этом фоне должен быть хорошо читаем.

11. Используйте звуковое оформление

- Звуковое сопровождение должно отражать суть или подчеркивать особенность темы слайда, презентации;

- Необходимо выбрать оптимальную громкость, чтобы звук был слышен всем слушателям, но не был оглушительным;
- Если это фоновая музыка, то она должна не отвлекать внимание слушателей и не заглушать слова докладчика.

12. Правильно применяйте цифровые данные

- Проследите за тем, чтобы группы данных были дискретными (например, 1-10, 11-20, а не 1-10, 10-20).
- Данные необходимо подобрать так, чтобы их было удобно читать (например, упорядочить их по возрастанию или убыванию).
- Внизу под графиком укажите количество использованных в нем точек данных (например, п = 10).
- Ограничьте количество групп данных до шести. (Выберите пять самых важных групп)

13. Используйте единое стилевое оформление

- Стиль может включать: определенный шрифт (гарнитура и цвет), цвет фона или фоновый рисунок, декоративный элемент небольшого размера и др.;
- Не рекомендуется использовать в стилевом оформлении презентации более 3 цветов и более 3 типов шрифта;
- Оформление слайда не должно отвлекать внимание слушателей от его содержательной части;
- Все слайды презентации должны быть выдержаны в одном стиле.

14. Правильно применяйте текстовую информацию

- Для основного текста на слайдах не рекомендуется использовать прописные буквы.
- Шрифтовой контраст можно создать посредством: размера шрифта, толщины шрифта, начертания, формы, направления и цвета.
- Размер шрифта: 24–54 пункта (заголовок), 18–36 пунктов (обычный текст);
- Цвет шрифта и цвет фона должны контрастировать (текст должен хорошо читаться), но не резать глаза;
- Тип шрифта: для основного текста используйте гладкий шрифт без засечек (Arial, Tahoma, Verdana), для заголовка можно использовать декоративный шрифт, если он хорошо читаем;
- Курсив, подчеркивание, жирный шрифт, прописные буквы рекомендуется использовать только для смыслового выделения фрагмента текста;
- Шрифты с засечками (TimesNewRoman) читаются легче, чем гротески (шрифты без засечек).

15. Правильно выбирайте цветовую гамму

- Цветовая гамма должна состоять не более чем из двух-трех цветов.
- Существуют не сочетаемые комбинации цветов.
- Черный цвет имеет негативный (мрачный) подтекст.

- Белый текст на черном фоне читается плохо (инверсия плохо читается).

16. Правильно располагайте информационные блоки на слайде

- Информационных блоков не должно быть слишком много (3-6);
- Рекомендуемый размер одного информационного блока – не более 1/2 размера слайда;
- Желательно присутствие на странице блоков с разнотипной информацией (текст, графики, диаграммы, таблицы, рисунки), дополняющей друг друга;
- Ключевые слова в информационном блоке необходимо выделить;
- Информационные блоки лучше располагать горизонтально, связанные по смыслу блоки – слева направо;
- Наиболее важную информацию следует поместить в центр слайда;

17. Соблюдайте правила общей композиции

- На полосе не должно быть больше семи значимых объектов, так как человек не в состоянии запомнить за один раз более семи пунктов.
- Логотип на полосе должен располагаться справа внизу (слева наверху и т. д.).
- Логотип должен быть простой и лаконичной формы.
- Дизайн должен быть простым, а текст – коротким.
- Изображения домашних животных, детей, женщин и т.д. являются положительными образами.

Выполняя вышеизложенные правила, не стоит забывать, что на каждое подобное утверждение есть сотни примеров, доказывающих обратное. Поэтому приведенные утверждения нельзя назвать общими и универсальными правилами дизайна, они верны лишь в определенных случаях.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения лекционных и семинарских занятий должны быть оснащены специализированной мебелью.

1. Необходимые технические средства обучения:
- мультимедийная приставка к ПК;
- слайдпроектор;
- переносной экран.

2. Библиотечный фонд литературы.

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа

	самостоятельной работы		
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ПОНЯТИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ТУРИСТСКИХ ФОРМАЛЬНОСТЕЙ

основной профессиональной образовательной программы
направления подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 2
Семестр – 3, 4
Итоговая форма контроля – зачет (4 семестр)

Рабочую программу разработала:
Бескостова А.А., к.ф.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта . 3
2. Результаты обучения по дисциплине 3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 5
5. Содержание дисциплины 6
5.1 Количество часов по видам занятий 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 7
5.2.1 Содержание лекционных занятий 7
5.2.2 Содержание практических занятий 7
6. Самостоятельная работа студентов 11
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 13
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 13
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 16
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 16
7.2.2 Тестовые задания для текущего контроля 16
7.2.3 Вопросы к зачету 19
7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи 20
8. Перечень литературы 21
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, ... 21
необходимый для освоения дисциплины 21
9.1 Электронные библиотечные системы 21
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 22
10. Методические указания по освоению дисциплины 22
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 27

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО 3++, по направлению подготовки **49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»** утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 943 от 19.09.2017 г., с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включают:

01 – Образование и наука (в сфере дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 – Культура, искусство (в сфере туризма, в сфере санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 – Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- педагогический;
- организационно-управленческий;
- научно-исследовательский;
- тренерский;
- организационно-методический;
- рекреационно-оздоровительный.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты и код трудовой функции	Формируемые компетенции

Знания: - содержание нормативных документов в сфере туристских формальностей; - основные источники информации по вопросам, касающимся туристских формальностей; - потребительские свойства туристского продукта и содержание его документационного обеспечения; - составляющие процесса доставки турпродукта к потребителю; - содержание процесса оформления туристской документации.		ПК-8, ПК-9
Умения: - определять зону действия туристских формальностей и нормативные и правовые документы их регулирующие; - находить и анализировать информацию, необходимую для подготовки и организации туристского путешествия; - использовать современные технологии при оформлении туристской документации; - использовать туристскую документацию для преодоления коммуникационных барьеров при общении с клиентами; - оформлять документы при подготовке и организации туристского путешествия.		ПК-8, ПК-9
Опыт деятельности: - анализа нормативной и правовой документации; - поиска и отбора необходимой информации; - работы с электронной документацией; - грамотного общения с различными типами клиентов; - технологией соблюдения туристских формальностей.		ПК-8, ПК-9

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Понятие и содержание туристских формальностей» входит в блок дисциплин по выбору студента (Б1.В.ДВ.02.02). Курс «Понятие и содержание туристских формальностей» является составной частью подготовки бакалавров по рекреации и спортивно-оздоровительному туризму и предшествует изучению таких дисциплин как «Технологии въездного и выездного туризма» и «Обеспечение безопасности в туризме».

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в 3-4 семестре по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачет.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Трудоемкость дисциплины **72** часа, из них 8 часов аудиторной работы и 60 часов самостоятельной работы, 4 часа – зачет.

Учебный процесс по курсу «Понятие и содержание туристских формальностей» проводится в форме лекций, семинарских занятий и самостоятельной работы студентов.

Учет успеваемости ведется в виде микрозачетов по пройденным темам и итогового зачета, проводимого в срок, установленный учебным планом. Зачеты выставляются за знание пройденных разделов теоретического курса и выполнение установленных требований по практической и самостоятельной работе.

Виды учебной работы	Всего часов	Семестр
Контактная работа преподавателя со студентами	4 4	3 4
Лекции	2 -	3 4
Практические/семинарские занятия	2 4	3 4
Лабораторные работы	0	
Аттестация	зачет	4
Самостоятельная работа	60	
Общая трудоемкость, часы	72	
Общая трудоемкость, ЗЕ	2	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Лекционные занятия	Методические занятия	Практические занятия	Семинарские занятия	Самостоятельная работа
	РАЗДЕЛ 1. Теоретические и организационные основы туристских формальностей						
1.	Понятие и виды формальностей в туризме		2				2
2.	Полицейские формальности					1	6
3.	Паспортные формальности					1	6
4.	Визовые формальности					1	6
5.	Таможенные формальности и валютный контроль					1	6
6.	Медико-санитарные формальности					1	6
7.	Формальности безопасности в международном туризме					1	6
8.	Туристские формальности в разных странах						6
	РАЗДЕЛ 2. Работа с потребителями						
9.	Понятие и особенности информирования туристов о предстоящих путешествиях						
10.	Состав туристской информации						8

11.	Туристский инструктаж: понятие и технологии. Профилактика конфликтов и депортации						8
	Аттестация - зачет						4
	Всего часов	**72**	**2**			**6**	**64**
Трудоемкость дисциплины: 2 з.е.							

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Тема 1. Понятие и виды формальностей в туризме

Лекция (2 часа)

Терминология и состав туристских формальностей. Международные и национальные регламенты туристских формальностей. Группы стран в зависимости от их отношения к туристским формальностям. Министерства и ведомства, регламентирующие вопросы организации и контроля исполнения туристских формальностей в России.

Изучение темы направлено ***на приобретение знаний*** о составе туристских формальностей, ***умений*** определять зону действия туристских формальностей и нормативные и правовые документы их регулирующие, находить и анализировать информацию, необходимую для подготовки и организации туристского путешествия, ***опыта*** анализа нормативной и правовой документации ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-8, ПК-9).*

5.2.2 Содержание практических занятий

Раздел 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ОСНОВЫ ТУРИСТСКИХ ФОРМАЛЬНОСТЕЙ

Тема 2-3. Полицейские формальности. Паспортные формальности.

Семинар (2 часа)

Понятие и формы контроля соблюдения полицейских формальностей в РФ и за рубежом. Законодательство РФ о порядке выезда из РФ и въезда в РФ. Пограничный контроль в международных аэропортах, морских и речных вокзалах, на путях международного железнодорожного и автомобильного

сообщения. Упрощенный режим пропуска через государственную границу. Контроль соблюдения правил и сроков пребывания российских туристов за рубежом. Функции и регистры туристской полиции. Полномочия МВД и других компетентных государственных органов, контролирующих регистрацию иностранных граждан по месту временного проживания и сроки их пребывания в РФ.

Международные требования к паспортным формальностям. Стандарты ИКАО. Порядок оформления и выдачи документов гражданам РФ для выезда из РФ и въезда в РФ. Паспортно-визовые службы России. Документы, необходимые для получения общегражданского заграничного паспорта (далее – ОЗП). Причины отказов в получении ОЗП.

Изучение темы направлено ***на приобретение знаний*** о формах контроля соблюдения полицейских формальностей в РФ и за рубежом, о международных и российских паспортных формальностях, ***умений*** определять зону действия туристских формальностей и нормативные и правовые документы их регулирующие, находить и анализировать информацию, необходимую для подготовки и организации туристского путешествия, ***опыта*** анализа нормативной и правовой документации, соблюдения туристских формальностей ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-6, ПК8).*

Литература

1. Рябова, И.А. Экономика и организация туризма: международный туризм: учебное пособие / И.А. Рябова, Ю.В. Забаев, Е.Л. Драчева [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2016. – 565 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/918096/view2/1.
2. Косолапов, А.Б. Организация туристской деятельности: учебник / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2021. – 304 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/940140.

Тема 4-5. Визовые формальности. Таможенные формальности и валютный контроль

Семинар (2 часа)

Особенности визового и безвизового въезда. Разрешение на въезд в страну. Классификация туристских виз. Общие правила предоставления документов на визу. Порядок оформления визы. Требования, предъявляемые к визовым запросам. Бланки визовых анкет: оригиналы и опросники. Дополнительные справки и документы для получения виз. Визовые платежи и консульские сборы. Типовые причины отказа в визах. Порядок получения визы. Режимы работы консульств иностранных государств в РФ и консульств РФ за рубежом. Процедура аннулирования отказного штампа.

Международные таможенные нормы. Таможенные органы и таможенное законодательство РФ. Таможенная территория РФ. Процедуры и

формы таможенного декларирования. Таможенные режимы, «красный» и «зеленый» коридоры. Представление таможенному органу РФ документов и сведений, необходимых для таможенного оформления. Таможенное оформление товаров, перемещаемых через таможенную границу РФ физическими лицами для личного пользования. Количественные (весовые) и стоимостные ограничения при перемещении товаров физическими лицами через таможенную границу РФ. Товары, подлежащие декларированию. Правила заполнения таможенной декларации. Применение единых ставок таможенных пошлин, налогов в отношении товаров, перемещаемых через таможенную границу РФ физическими лицами для личного пользования. Товары, ввозимые (вывозимые) без уплаты таможенных пошлин. Нормы и правила перевозки багажа через границу. Порядок ввоза и вывоза наличной и безналичной национальной и иностранной валюты. Валютное декларирование. Основания для проведения личного досмотра, технические средства таможенного контроля. Последствия нарушения таможенных правил.

Изучение темы направлено ***на приобретение знаний*** об особенностях визового и безвизового въезда, классификации туристских виз, таможенном законодательстве и таможенных нормах, ***умений*** определять зону действия туристских формальностей и нормативные и правовые документы их регулирующие, находить и анализировать информацию, необходимую для подготовки и организации туристского путешествия, ***опыта*** анализа нормативной и правовой документации, соблюдения туристских формальностей ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-6, ПК8).*

Литература

1. Косолапов, А.Б. Технология и организация туроператорской деятельности: учебник / А.Б. Косолапов. – М.: КноРус, 2026. – 389 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/960966.
2. Косолапов, А.Б. Организация туристской деятельности: учебник / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2021. – 304 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/940140.
3. Стригунова, Д.П. Правовые основы гостиничного и туристского бизнеса учебное пособие / Д.П. Стригунова [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2018. – 312 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/929650/view2/1

Тема 6-7. Медико-санитарные формальности. Формальности безопасности в международном туризме

Семинар (2 часа)

Основные цели и задачи медицинских формальностей. Международные медико-санитарные правила Всемирной организации здравоохранения. Обзор особо опасных инфекционных заболеваний.

Профилактика и борьба с инфекциями. Государственное регулирование в области санитарно-эпидемиологической безопасности туристов. Санитарный и эпидемиологический контроль. Инструктаж туристов, отъезжающих в эндемичные страны, рекомендации Госсанэпиднадзора РФ. Памятка гражданину России, выезжающему за рубеж. Профилактика негативного влияния непривычного климата на организм человека. Режим дня, питания и личная гигиена в зарубежных поездках. Правила первой медицинской помощи. Медицинское обслуживание в путешествиях.

Вопросы личной безопасности туристов и сохранности их имущества в путешествиях. Международный опыт разработки мер по безопасности и защите туристов. Безопасные условия для туризма: спокойная политическая обстановка, отсутствие чрезвычайных ситуаций и стихийных бедствий, низкая криминогенность, четкое взаимодействие государственных органов и туристских организаций по охране туристских объектов, дружелюбие и открытость местного населения. Опасные условия для туризма: политическая нестабильность, природные катастрофы, эпидемии, опасные для жизни метеоусловия, неблагоприятная экология, криминогенная ситуация, преступность и др. Защита прав граждан РФ за рубежом и иностранных граждан в РФ. ФЗ «О борьбе с терроризмом». Меры противодействия терроризму. МЧС России. Меры по обеспечению эвакуации российских граждан из зарубежных государств в случае возникновения чрезвычайных ситуаций. Упреждающее информирование туристов, отправляющихся в морские круизы, о наличии опасности и правилах поведения во время шторма, урагана, туристов-горнолыжников – о правилах поведения на горных склонах. Информирование туристов об опасности ультрафиолетового облучения. Правила поведения в общественных местах, на транспорте, хранения паспорта, денег и ценных вещей, страховки. Порядок действий в криминальных ситуациях.

Литература

1. Косолапов, А.Б. Технология и организация туроператорской деятельности: учебник / А.Б. Косолапов. – М.: КноРус, 2026. – 389 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/960966.
2. Бобкова, А.Г. Безопасность туризма (Ростуризм): учебник / А.Г. Бобкова, С.А. Кудреватых, Е.Л. Писаревский [Электронный ресурс]. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 263 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919720/view2/1
3. Косолапов, А.Б. Организация туристской деятельности: учебник / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2021. – 304 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/940140.

6. Самостоятельная работа студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.
Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;
4. Работа с материалами УМК.

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом, у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат (сообщение, презентацию). В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

№ п/п	Содержание занятий	Виды СРС	Форы контроля	Объем в часах
1.	Полицейские формальности	Домашнее задание (подготовка к практическим занятиям согласно планам).	Подготовка докладов	6
2.	Паспортные формальности	Домашнее задание (подготовка к практическим занятиям согласно планам).	Составление обзора	6
3.	Визовые формальности	Домашнее задание (подготовка к практическим занятиям согласно планам).	Подготовка докладов	6
4.	Таможенные формальности	Домашнее задание (подготовка к практическим	Составление обзора	6

	и валютный контроль	занятиям согласно планам).		
5.	Медико-санитарные формальности	Домашнее задание (подготовка к практическим занятиям согласно планам, оформление отчета, составление обзора).	Составление обзора	6
6.	Формы безопасности в международном туризме	Домашнее задание (подготовка к практическим занятиям согласно планам).	Составление обзора	6
7.	Туристские формальности в разных странах	Домашнее задание (подготовка к практическим занятиям согласно планам).	Подготовка рефератов и презентаций	6
8.	Понятие и особенности информирования туристов о предстоящих путешествиях	Домашнее задание (подготовка к практическим занятиям согласно планам).		6
9.	Состав туристской информации	Домашнее задание (подготовка к практическим занятиям согласно планам, оформление отчета, составление обзора).	Подготовка докладов	8
10	Туристский инструктаж: понятие и технология	Домашнее задание (подготовка к практическим занятиям согласно планам, оформление отчета, составление обзора).	Подготовка докладов	8

Примерная тематика рефератов

1. Туристские формальности Австралии.
2. Туристские формальности Австрии.
3. Туристские формальности Андорры.
4. Туристские формальности Аргентины.
5. Туристские формальности Болгарии.
6. Туристские формальности Бразилии.
7. Туристские формальности Великобритании.
8. Туристские формальности Германии.
9. Туристские формальности Греции.
10. Туристские формальности Египта.
11. Туристские формальности Израиля.

12. Туристские формальности Индии.
13. Туристские формальности Индонезии.
14. Туристские формальности Иордании.
15. Туристские формальности Испании.
16. Туристские формальности Италии.
17. Туристские формальности Канады.
18. Туристские формальности Кении.
19. Туристские формальности Кипра.
20. Туристские формальности Китая.
21. Туристские формальности Кубы.
22. Туристские формальности Мексики.
23. Туристские формальности Норвегии.
24. Туристские формальности ОАЭ.
25. Туристские формальности Польши.
26. Туристские формальности Португалии.
27. Туристские формальности Сингапура.
28. Туристские формальности США.
29. Туристские формальности Таиланда.
30. Туристские формальности Туниса.
31. Туристские формальности Турции.
32. Туристские формальности Финляндии.
33. Туристские формальности Франции.
34. Туристские формальности Хорватии.
35. Туристские формальности Черногории.
36. Туристские формальности Чехии.
37. Туристские формальности Швейцарии.
38. Туристские формальности Швеции.
39. Туристские формальности ЮАР.
40. Туристские формальности Японии.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
ПК-8 – способен реализовывать		**Знает (пороговый уровень):** - основные источники информации по

технологии турагентской и туроператорской деятельности		вопросам, касающимся туристских формальностей; - содержание процесса оформления туристской документации; - содержание нормативных документов в сфере туристских формальностей; - технологии обслуживания клиентов, технологическая документация и информационные ресурсы. **Умеет (стандартный уровень):** - определять зону действия туристских формальностей и нормативные и правовые документы их регулирующие; - находить и анализировать информацию, необходимую для подготовки и организации туристского путешествия; - использовать современные технологии при оформлении туристской документации; - оформлять документы при подготовке и организации туристского путешествия. **Имеет опыт (эталонный уровень):** - поиска и отбора необходимой информации; - работы с электронной документацией; - анализа нормативной и правовой документации; - технологией соблюдения туристских формальностей.
ПК-9 – способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с целью успешной реализации рекреационно-оздоровительного, спортивного, туристского и фитнес продукта		**Знает (пороговый уровень):** - потребительские свойства туристского продукта и содержание его документационного обеспечения; - составляющие процесса доставки турпродукта к потребителю. **Умеет (стандартный уровень):** - обеспечить партнерское взаимодействие с потребителями и заинтересованными сторонами; **Имеет опыт (эталонный уровень):** - поиска и отбора необходимой информации; - грамотного общения с различными типами клиентов.

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

• ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Критерии оценки уровня развития компетенций

у студентов в рамках учебного курса, их соответствие по 4-х уровневой шкале

Критерии оценки компетенций	Традиционная (4-х уровневая) шкала оценки
«Отлично» – очень высокий уровень развития компетенций, отвечает всем требованиям ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	отлично
«Очень хорошо» – высокий уровень развития компетенций, отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	хорошо
«Хорошо» – уровень развития компетенций выше среднего, отвечает всем основным требованиям, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые из выполненных заданий, могут содержать ошибки	хорошо
«Удовлетворительно» – средний уровень развития компетенций, отвечает большинству основных требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не являются существенными, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, значительная часть заданий выполнены с ошибками	удовлетворительно
«Посредственно» уровень развития компетенций ниже среднего, не отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены, либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	удовлетворительно

«Неудовлетворительно» – низкий уровень развития компетенций, теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному.	Неудовлетво-рительно

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль качества усвоения знаний проводится регулярно в течение всего семестра: выступления на семинарах, подготовка презентаций, в виде обсуждения результатов выполнения кейс-заданий.

Промежуточный контроль качества усвоения знаний осуществляется в виде итогового зачета по вопросам в 4 семестре.

7.2.2 Тестовые задания для текущего контроля

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, являющийся правильным

1. В какую из перечисленных стран въезд для граждан Российской Федерации без загранпаспорта невозможен?
а) Белоруссия
б) Азербайджан
в) Казахстан
г) Абхазия

2. Какая организация является специализированным органом по туризму в мире?
а) ВТО
б) ИКАО
в) ЮНЕСКО
г) ИАТА

3. Визу в какую страну негласно относят к категории «сложных»?
а) Болгария
б) Мальта
в) Китай
г) Австралия

4. По какой причине не могут отказать в получении загранпаспорта?

а) заявитель не указал, что он когда-либо менял фамилию
б) заявитель не указал, что у него есть несовершеннолетние дети
в) заявитель не указал, что когда-либо на него был оформлен допуск к секретным сведениям
г) заявитель не указал одно из мест работы, указанных в трудовой книжке

5. В какую страну возможен въезд по шенгенской визе (при том, что данная страна не является участницей шенгенского соглашения)?
а) Румыния
б) Эстония
в) Кипр
г) Черногория

6. В течение какого срока животные, ввезенные в Австралию, должны отбывать карантин?
а) 1 месяц
б) 3 месяца
в) 6 месяцев
г) 9 месяцев

7. В какую организацию туристу необходимо обратиться в первую очередь в случае утери загранпаспорта при пребывании за границей?
а) в турагентство
б) в принимающую компанию
в) в консульство Российской Федерации в стране пребывания
г) в туристическую полицию

8. Какой документ, подтверждающий финансовую состоятельность туриста, не примет большинство стран шенгена для подтверждения уровня доходов при оформлении визы?
а) справку о зарплате на фирменном бланке предприятия
б) справку о зарплате по форме 2-НДФЛ
в) выписку с банковского счета
г) спонсорское письмо от близкого родственника + справку о его доходах

9. Какой случай не может являться страховым согласно правилам страхования риска отмены поездки (страховки от невыезда)?
а) отказ работодателя в предоставлении отпуска
б) смерть близкого родственника застрахованного
в) внезапная болезнь застрахованного
г) повреждение имущества застрахованного в результате пожара

10. Какая из этих стран не является участницей шенгенского соглашения?
а) Франция

б) Мальта
в) Болгария
г) Греция

11. С какого возраста, согласно таможенному законодательству Российской Федерации, гражданин, пересекающий границу, должен самостоятельно заполнять таможенную декларацию?
а) с 12 лет
б) с 14 лет
в) с 16 лет
г) с 18 лет

12. Какая страна не относится к числу безвизовых (для граждан РФ)?
а) Турция
б) Камбоджа
в) Черногория
г) Израиль

13. В течение какого срока, согласно Международным медико-санитарным правилам, государства-члены Всемирной организации здравоохранения обязаны информировать ВОЗ о вспышках болезней?
а) 12 часов
б) 1 суток
в) 2 суток
г) 3 суток

14. Какая сумма наличных денежных средств подлежит обязательному декларированию при выезде из Российской Федерации?
а) превышающая 1 500 долларов США
б) превышающая 3 000 долларов США
в) превышающая 10 000 долларов США
г) превышающая 15 000 долларов США

15. В соответствии с законодательством какой страны должен нести ответственность гражданин Российской Федерации, совершивший хулиганские действия на борту воздушного судна во время международного перелета?
а) страны гражданства
б) страны прибытия рейса
в) страны, на территории которой зарегистрировано воздушное судно
г) страны прибытия рейса, а в случае отсутствия наказания – страны гражданства

7.2.3 Вопросы к зачету

1. Виды туристских формальностей
2. Организации, регламентирующие нормы международного туризма. Обзор международных и российских туристских организаций
3. Проблема упрощения туристских формальностей международного туризма. Примеры упрощения туристских формальностей
4. Паспортные формальности. Порядок оформления документов для выезда из РФ для совершеннолетних и несовершеннолетних граждан. Российская паспортная система. Виды заграничных паспортов
5. Порядок выезда совершеннолетних и несовершеннолетних граждан РФ за пределы РФ. Основные законодательные нормы. Классификация основных туристских формальностей, предусмотренных при пересечении границы
6. Порядок въезда в РФ иностранных граждан. Государственные органы, контролирующие соблюдение иностранным гражданами законодательства РФ
7. Порядок въезда в зарубежные страны. Визовые, условно безвизовые и безвизовые страны. Классификация виз
8. Порядок оформления виз: классификация виз, правила предоставления документов, порядок использования виз
9. Страны Шенгенского соглашения, порядок оформления и особенности использования шенгенской визы
10. «Сложные» визы: особенности получения въездных виз в Австралию, Великобританию, Канаду, США
11. Причины и типы отказов в визах. Порядок аннуляции отказного штампа
12. Таможенные формальности: таможенные режимы; ограничения при перемещении товаров личного пользования; таможенная декларация
13. Таможенные формальности: ввоз и вывоз национальной валюты РФ и иностранной валюты
14. Таможенные формальности: последствия нарушения таможенных правил
15. Порядок ввоза и вывоза растений и животных
16. Порядок ввоза и вывоза культурных ценностей
17. Медицинские формальности: государственное регулирование; обзор инфекционных заболеваний; ограничительные меры проживания, питания, культурного отдыха
18. Страховые формальности: виды страхования в туризме; порядок использования медицинской страховки за границей; ограничения при оказании медицинской помощи
19. Формальности безопасности туристов: личная безопасность; безопасность при форс-мажорных обстоятельствах; защита прав туристов за рубежом
20. Туристские формальности страны временного пребывания (общепринятые нормы поведения; уважение к обычаям и традициям; виды правонарушений; виды наказаний)

21. Порядок действий туриста в экстренных ситуациях: утеря документов; ДТП; задержание местными правоохранительными органами
22. Договор турагентства с туристом: законодательные требования к предоставляемой информации
23. Условия тура в договоре с туристом: необходимый перечень сведений в соответствии с нормами законодательства
24. Памятки туриста: перечень необходимых сведений

7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи

I. Практические работы:

1. Обозначьте алгоритм действий при оформлении виз для поездки туристов в Испанию. Составьте список необходимых документов для семьи, следующей в составе: мама, ее 5-летний сын, бабушка (неработающий пенсионер), заполните необходимые формы.

2. Проанализируйте текст предоставленного информационного листка с описанием условий тура. Исправьте ошибки, внесите необходимые дополнения.

3. Ваши туристы решили взять с собой на отдых кота и собаку крупной породы.

Составьте список необходимых формальностей, которые им необходимо пройти, чтобы данное путешествие состоялось.

4. Ваша туристка ездила с супругом в шуб-тур в Грецию. В итоге обратно они везут вдвоем следующие товары: шубу стоимостью 6 000 евро, меховой жилет стоимостью 1 000 евро, меховую шапку стоимостью 500 евро. Какие документы на данный товар необходимо предоставить туристам, какие формальности пройти и какие платежи для них предусмотрены? Что делать туристам в случае, если чек на одно из изделий не сохранен?

В целях контроля над освоением студентами учебного материала в процессе изучения дисциплины «Туристские формальности» осуществляется проведение контрольных работ. Задача выполнения студентами контрольных работ состоит в демонстрации и закреплении полученных знаний и умений по дисциплине.

1) Контрольная работа № 1: Составить основной алгоритм прохождения туристов формальностей во время авиатура.

Контрольная работа № 2: Проанализировать предложенный договор с туристом на предмет соответствия законодательству.

2) Составить краткий словарь терминов по темам:

– Таможенные формальности

– Информация для потребителя

3) Выполнить презентации по темам: Туристские формальности разных стран.

8. Перечень литературы

Для качественного усвоения учебного материала необходимо обеспечить доступ каждого студента к библиотечным фондам.

Также необходимо наличие следующего учебно-методического материала: 1) наглядных пособий по разделам учебной программы; 2) Государственный образовательный стандарт по направлению 43.03.02 «Туризм»; 3) учебные пособия и методические рекомендации.

Литература

1. Косолапов, А.Б. Технология и организация туроператорской деятельности: учебник / А.Б. Косолапов. – М.: КноРус, 2026. – 389 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/960966.
2. Рябова, И.А. Экономика и организация туризма: международный туризм: учебное пособие / И.А. Рябова, Ю.В. Забаев, Е.Л. Драчева [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2016. – 565 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/918096/view2/1.
3. Бобкова, А.Г. Безопасность туризма (Ростуризм): учебник / А.Г. Бобкова, С.А. Кудреватых, Е.Л. Писаревский [Электронный ресурс]. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 263 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/919720/view2/1
4. Косолапов, А.Б. Организация туристской деятельности: учебник / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2021. – 304 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/940140.
5. Стригунова, Д.П. Правовые основы гостиничного и туристского бизнеса учебное пособие / Д.П. Стригунова [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2018. – 312 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/929650/view2/1.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: https://elibrary.ru/defaultx.asp
2. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс].– Режим доступа: https://lib.rucont.ru/search
3. ЭБС «Университетская Библиотека Онлайн» [Электронный ресурс] . – Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Федеральные порталы, образовательные ресурсы:

1. 1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Национальный туристический портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://russia.travel

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света – справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет – интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.krugosvet.ru

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. – Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.library.ru
3. Российская национальная библиотека[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nlr.ru

Федерации, ассоциации и союзы:

1. Ассоциации содействия туристским технологиям[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.astt.ru

Периодические издания:

1. Вестник Национальной академии туризма[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nat-moo.ru

10. Методические указания по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что

студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

● необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;

● записывать удобнее на одной стороне листа;

● записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;

● следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;

● на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.

2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.

3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.

4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.

5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.

6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления 7 – 10 минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения

особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Методические указания для преподавателя

Изучение дисциплины рекомендуется осуществлять путем повышения доли самостоятельной работы учащихся. Самостоятельная работа – это любая деятельность, связанная с воспитанием мышления. Поэтому любой вид занятий, создающий условия для зарождения самостоятельной мысли, познавательно активности студента, связан с самостоятельной работой. В широком смысле под самостоятельной работой следует понимать совокупность всей самостоятельной деятельности студентов как в учебной аудитории, так и вне её, в контакте с преподавателем и в его отсутствии.

Самостоятельная работа реализуется:

1. в процессе аудиторных занятий - на лекциях, семинарских занятиях,

2. в контакте с преподавателем вне рамок расписания – в научных кружках, на консультациях по учебным вопросам, при выполнении индивидуальных заданий, создании презентаций, выполнением кейс-заданий и т.д. 3. без контакта с преподавателем, в процессе подготовки к занятиям, самооценки знания тем программы, написания рефератов, докладов, эссе и т.д. Границы между этими видами работ достаточно размыты, а сами виды самостоятельной работы пересекаются.

Активная самостоятельная работа студентов возможна только при наличии серьезной и устойчивой мотивации. Самый сильный мотивирующий фактор - подготовка к дальнейшей эффективной профессиональной деятельности. Среди внутренних факторов, способствующих активизации самостоятельной работы. можно выделить следующие:

1. Полезность выполняемой работы. Если студент знает, что результаты его работы будут использованы в лекционном курсе, в методическом пособии, при подготовке публикации или иным образом, то отношение к выполнению задания существенно меняется в лучшую сторону и качество выполняемой работы возрастает. При этом важно психологически настроить студента, показать ему, как необходима выполняемая работа.

2. Участие студентов в научно-творческой деятельности. Это может быть участие в научно-исследовательской, проектной или методической работе, проводимой на кафедре или в рамках научного кружка.

3. Интенсивная педагогика. Она предполагает введение в учебный процесс активных методов, прежде всего деловых игр, тренинга, в основе которого лежат инновационные и организационно-деятельностные игры, деловые ситуации. В них происходит переход от односторонних частных

знаний к многосторонним знаниям об объекте, ситуации, его моделирование с выделением ведущих противоречий, а не просто заучивание материала.

4. Участие в предметных олимпиадах по учебной дисциплине, конкурсах научно-исследовательских или прикладных работ и т.д.

5. Использование мотивирующих факторов контроля знаний (накопительные оценки, рейтинг, тесты, нестандартные экзаменационные процедуры). Эти факторы могут вызвать стремление к состязательности, что само по себе является сильным мотивационным фактором самосовершенствования студента.

6. Поощрение студентов за успехи в учебе и научно-творческой деятельности (премирование, поощрительные баллы) и санкции за плохие результаты.

7. Индивидуализация заданий, выполняемых как в аудитории, так и вне ее, постоянное их обновление.

8. Цикловое обучение («метод погружения»). Этот метод позволяет интенсифицировать изучение материала, так как сокращение интервала между занятиями по дисциплине требует постоянного внимания к содержанию курса и уменьшает степень забываемости.

Разновидностью этого вида занятий является проведение комплексного практического занятия, охватывающего несколько тем курса и направленного на решение сквозных задач.

Основная задача организации самостоятельной работы студентов заключается в создании психолого-дидактических условий развития интеллектуальной инициативы и мышления на занятиях транспортным обеспечением туризма в любой форме. Основным принципом организации должен стать перевод всех студентов на индивидуальную работу с переходом от формального выполнения определенных заданий при пассивной роли студента к познавательной активности с формированием собственного мнения при решении поставленных проблемных вопросов и задач. Цель – научить студента осмысленно и самостоятельно работать сначала с учебным материалом, затем с научной информацией, привить умение в дальнейшем непрерывно повышать свою квалификацию.

На семинарских занятиях различные виды самостоятельной работы позволяют сделать процесс обучения более интересным и поднять активность значительной части студентов в группе. С этой целью необходимо не менее 40-50% времени семинарского занятия уделять разбору и обсуждению ситуаций, решению сквозных комплексных кейс-заданий, ответам на вопросы и т.д.

Семинарское занятие целесообразно строить следующим образом:

1. Вводное слово преподавателя (цели занятия, основные вопросы, которые должны быть рассмотрены).

2. Блиц-опрос по теме.

3.Самостоятельная работа студентов (решение части сквозного комплексного кейс-задания с последующим разбором ошибок при решении)

Для проведения занятий необходимо иметь банк тематических блиц-вопросов (или мини-тестов, заданий и задач).

По результатам каждого семинарского занятия должна производиться оценка работы каждого студента. Такая оценка может основываться на результатах блиц опроса (выполненного теста), оценке выступления по теме реферата, доклада, эссе и т.д.

Таким образом, при завершении каждого семинара (и в целом всей дисциплины) каждый студент получает бальную оценку, свидетельствующую об активности его работы и успешности усвоения материала. Такой мониторинг знаний студентов через проведение постоянной их оценки создает условия для адекватной оценки студента.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения лекционных и семинарских занятий должны быть оснащены специализированной мебелью.

1. Необходимые технические средства обучения:
- мультимедийная приставка к ПК;
- слайдпроектор;
- переносной экран.

2. Библиотечный фонд литературы.

Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное

		A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для

			автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТУРИЗМА И СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ВОДНЫЙ ТУРИЗМ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 2-3
Семестр – 4-5
Итоговая форма контроля – зачёт (5 семестр)

Рабочую программу разработали:
Брайцева В.А., к.п.н., доцент
Высоцкая Л.В., ст. преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта . 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объём дисциплины и виды учебной работы 6
5. Содержание дисциплины 6
5.1 Количество часов по видам занятий 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 7
5.2.1 Содержание лекционных занятий 7
5.2.2 Содержание практических занятий 7
6. Самостоятельная работа студентов 7
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 9
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 9
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 10
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 10
7.2.2 Тестовые задания 13
7.2.3 Вопросы к зачёту 15
7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи 16
8. Перечень основной и дополнительной литературы 16
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 17
9.1 Электронные библиотечные системы 17
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 17
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 19
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 20
12. Лицензионное программное обеспечение 22

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный Образовательный стандарт 3++ по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм (уровень бакалавриата), утверждён приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 943 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки», с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата, которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7 – способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

ПК-5 – способен осуществлять проведение занятий по физическому воспитанию.

	Соотнесённые профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания		
Методики проведения тренировочных занятий по общей физической подготовке и специальной подготовке занимающихся	05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-7, ПК-5
Методики проведения занятий по физическому воспитанию, оказанию практической помощи по вопросам физической подготовки	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» 33.023 «Инструктор-проводник»	УК-7, ПК-5
Основ методики воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности	01.001 «Педагог»	ПК-5
Умения		
Владеть методами организации экскурсий, водных	01.001 «Педагог»	УК-7, ПК-5

походов и экспедиций и т.п.		
Проводить самостоятельно занятия по физическому воспитанию, тренировочные занятия, в том числе обучать в рамках утверждённых программ и методик физического воспитания навыкам и технике выполнения упражнений	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»; 05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-7, ПК-5
Использовать разнообразные формы, приёмы, методы и средства обучения	01.001 «Педагог»;	УК-7, ПК-5
Навыки и /или опыт деятельности		
Проведения учебных занятий по учебному предмету физическая культура, по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утверждённым программам, проведения туристских водных походов	01.001 «Педагог»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»; 05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель» 05.009 «Специалист по ремонту спортивного инвентаря»	УК-7, ПК-5
Планирования занятий по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утверждённым программам	01.001 «Педагог»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»; 05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-7, ПК-5

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к Блоку 1 элективные дисциплины (модули) части, формируемой участниками образовательных отношений

образовательной программы (Б1.ВДВ.03.01). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2, 3 курсах по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля): зачёт. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: базовые виды физической культуры.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы		Всего часов	Семестр	
			4	5
Контактная работа преподавателя со студентами		6	4	2
Лекции		2	2	
Семинары				
Практические занятия		2	2	2
Лабораторные работы				
Промежуточная аттестация		зачёт		4
Самостоятельная работа		62	32	30
Общая трудоёмкость часы	**часы**	72		
	ЗЕ	2		

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы и темы	Всего	Лекции	Практи-ческие	Самост. работа
1. Теоретические основы водного туризма				
1.1 Понятие и сущность водного туризма.	2	2		10
1.2 История развития водного туризма.	2		2	10
1.3 Материально-техническое оснащение водного туризма.	2		2	12
2. Практическая подготовка: Организация и проведение водного похода	32			30

Аттестация	4			
Всего часов:	72	2	4	62

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Занятие 1 (2 часа). Понятие водного туризма. Виды водного туризма, особенности водных походов. Речная система. Категория рек. Особенности рек. Основные естественные и искусственные препятствия. Прохождение порогов. Учёт направления и скорости течения. Движение против течения. Движение по руслу реки. Способы движения. Ориентирование на реке.

Изучение темы направлено на приобретение знаний основ водного туризма.

Изучение темы направлено на формирование профессиональных компетенций.

5.2.2 Содержание практических занятий

Занятия 1 (2 часа). Сооружения и устройства технического обслуживания плавательных средств. Гавани и оборудование для стоянки судов. Хранение судов. Материально-техническое обеспечение судов. Сооружения и устройства ремонта судов. Спуско-подъемные устройства.

Изучение темы направлено на приобретение знаний основ сооружений и устройств технического обслуживания плавательных средств.

Изучение темы направлено на приобретение умений использовать в профессиональной деятельности плавсредства.

Занятия 2 (2 часа). Тренировочная сборка байдарки. Аварии и их ликвидация. Ремонт байдарки. Техническая подготовка байдарки к походу. Техника и тактика водного похода. Загрузка лодок и маневры. Порядок движения. Линия движения. Работа вёслами.

Изучение темы направлено на приобретение знаний основ сборки байдарки, техника и тактика водного похода.

Изучение темы направлено на приобретение умений комплектовать группы, выбирать и планировать маршрут.

6. Самостоятельная работа студентов

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Понятие и сущность водного туризма	10	Опрос	4 семестр
История развития водного туризма	10	Реферат	4 семестр
Материально-техническое оснащение велосипедного туризма	12	Реферат, презентация	4 семестр
Организация и проведение велопохода	30	Конспект	5 семестр
Итого	62		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;
4. Работа с материалами УМК.

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат. В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8, 9 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-7 – способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; ПК-5 – способен осуществлять проведение занятий по физическому воспитанию.	*01.001 «Педагог»:* А/02.6 – Воспитательная функция; А/03.6 – Развивающая деятельность; *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* А/01.4 – Планирование, организация и проведение занятий по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утверждённым программам; А/02.4 – Проведение спортивно-оздоровительной работы; *05.003 «Тренер»:* А/03.5 – Подготовка, проведение и анализ результатов мероприятий начальной подготовки по виду спорта и воспитательной работы со спортсменами; В/03.6 – Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся; *05.012 «Тренер-преподаватель»:* А/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; А/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; А/10.6 – Осуществление организации и судейства соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением *33.023 «Инструктор-проводник»;* А/01.5 – Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом; А/02.5 – Сопровождение и обеспечение	Знает (пороговый уровень): – основные положения теории и методики проведения занятия по физическому воспитанию; Умеет (стандартный уровень): - разрабатывать документацию для проведения занятий по физическому воспитанию; - проводить практические и теоретических занятия по физическому воспитанию; - проводить учебно-тренировочные занятия; - организовывать туристские велопоходы; Владеет опытом (эталонный уровень): - подготовки и проведения занятия по физическому воспитанию; - проведения учебно-тренировочных занятий по развитию физических качеств; - прохождения туристского похода.

	безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекинги; *05.009 «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования»* A/01.5 – обеспечение хранения, ремонта, технического обслуживания спортивного и технологического оборудования, спортивной техники, инвентаря, экипировки	

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Промежуточная аттестация: зачёт – 5 семестр.

Критерии оценивания компетенций (результатов)

Оценивается по 4-хбалльной шкале. В критерии оценки компетенций по экзамену входят:

1.уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;

2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;

3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;

4. ответы на дополнительные вопросы.

При проектировании ожидаемых результатов следует предусмотреть различные *уровни оценки ожидаемых результатов:*

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Примерный перечень оценочных средств в соответствии с иерархией целей по Блуму

№	Уровень сложности	Глаголы для формулировки заданий	Оценочные средства
1.	Знание	Цитировать, перечислить, дать определение, изобразить, идентифицировать, составить список, назвать, указать, записать, повторить, выбрать, сформулировать, свести в таблицу, рассказать, воспроизвести, упорядочить, соотнести, отметить	Тест Опрос устный Письменные ответы на вопросы Собеседование (индивидуальное, групповое) Коллоквиум Портфолио-коллектор (накопительное)
2.	Понимание	Определить, выделить, объяснить, находить различия, характеризовать, обсуждать, рассматривать в деталях, сделать сообщение, интерпретировать, сделать обзор, связать, уточнить, построить, преобразовать, расшифровать, выразить, переформулировать, рецензировать, привести примеры, описать	Тест Решение типовых ситуаций Эссе Портфолио оценочный
3	Применение	Применять, рассчитать, классифицировать, демонстрировать, доказать, инсценировать, модифицировать, исследовать, изменить, иллюстрировать, интерпретировать, разработать, упорядочивать выполнять, использовать, обнаруживать, устанавливать, завершить, составить (отчет, план, график и т.п.), решать (задачу, проблему), раскрыть	Наблюдение Кейс-задания Игра ролевая Компетентсностно-ориентированные задания(КОЗ) Практические контрольные задания (ПКЗ) Портфолио достижений Тренажер Расчетно-графическая работа Метод Дельфи («мозговой атаки»)
4	Анализ	Анализировать, оценивать, сравнить, распределять по категориям(категорировать), полемизировать, оспаривать, вывести, подразделить, изобразить схематически, различать, (проводить различие), находить различия, исследовать, изучать, применять, осуществлять эксперимент, идентифицировать, собрать сведения, резюмировать, выделять, отсеять, отсортировать, измерить, разделить	Кейс-задание Игра организационно-мыслительная Реферат Портфолио Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты Проект
5	Синтез	Систематизировать, собирать (монтировать), осуществить компиляцию, производить сборку, сочинять (писать), конструировать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная

		(придумывать), создавать, производить, разрабатывать модель, алгоритмизировать, управлять, организовать, спланировать, подготовить, предлагать, изобретать, обобщать, компоновать, строить, интегрировать	Профессионально-исследовательские задания (ПИЗ) Портфолио Проект
6	Оценка	осуществлять оценку, убедить, выбрать, сравнивать и находить отличия, критиковать, определять (устанавливать, принимать решение), определять стоимость, составлять мнение, градировать (разбивать на этапы), сделать вывод, соизмерять (соотносить), осуществлять ранжирование, рекомендовать (предлагать), проверять (исправлять, видоизменять), обосновать, составить мнение, прогнозировать, защищать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Портфолио Проект

Описание шкалы оценивания

Отметка «отлично» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные, заданные экзаменатором;

- студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями;

- при ответе на вопросы используются данные из дополнительной литературы;

- ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения;

- студент демонстрирует умение вести научную дискуссию.

Отметка «хорошо» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определённые затруднения в ответе на уточняющие вопросы;

– в ответе имеют место несущественные фактические неточности;

- недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов билета;

– в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

– знания имеют фрагментарный характер, имеются определённые неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;

– при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки;

– студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

– не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;

– допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;

– студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;

– в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;

– на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или даёт неверные ответы.

Задания в рамках индикаторов достижения компетенций оцениваются в процессе текущего контроля и являются обязательными в соответствии с утверждёнными в образовательной организации порядком промежуточной аттестации (как допуск к зачёту).

7.2.2 Тестовые задания

Тестовые задания для студентов специальности «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Водный туризм»

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, который является правильным ответом

1. Водный туризм – это

а. – один из видов спортивного туризма, который заключается в преодолении маршрута по водной поверхности;

б. – это такой вид путешествий, при котором отдых происходит на воде, используя лодки, байдарки, катамараны, теплоходы и прочие плавсредства.

в. – походы по рекам, озерам, морям и водохранилищам на судах туристских, а также путешествия по водным маршрутам на теплоходах;

г. – все варианты верны.

2. Категория сложности водного маршрута зависит от:

а. – количества и технической трудности определяющих препятствий;

б. – протяженности;

в. – продолжительности;

г. – все варианты верны.

3. Какое количество километров может быть засчитано в нормативную протяженность активной части водного маршрута, пройденных не на средствах сплава:
   а. – не более 10 км
   б. – не более 15 км
   в. – не более 25 км
   г. – более 25 км.

4. Сколько существует категорий сложности водных маршрутов:
   а. – 4;
   б. – 6;
   в. – 7;
   г. – 8.

5. Какое максимальное количество человек при сплаве на байдарках:
   а. – один;
   б. – не более двух;
   в. – не более трех;
   г. – четыре человека.

6. Группа людей, которая участвует в спуске на транспортном водном средстве, которое имеет надувную основу не превышает:
   а. – 8 человек;
   б. – 10 человек;
   в. – 12 человек;
   г. – 15 человек.

7. Для парусного туризма используются чаще всего:
   а. – яхты;
   б. – байдарки;
   в. – батискаф;
   г. – баржа.

8. Как транспортируются спасательные круги (жилеты):
   а. – должны быть надуты и уложены в лодке в носовой части поверх багажа;
   б. – должны быть сдуты (упакованы в рюкзаки) и уложены в лодке в носовой части поверх багажа;
   в. – должны быть надуты и уложены в лодке в межредальной части поверх багажа;
   г. – все ответы правильные.

9. При остановке на ночлег туристы выполняют следующие мероприятия:

а. – разгружают суда и оставляют привязанные на воде;
б. – разгружают суда и выносят их на берег;
в. – оставляют вещи в судах и выносят на берег;
г. – оставляют вещи в судах, привязывают их и оставляют на воде.

10. Вид водного туризма представляет собой спуск по реке на транспортном водном средстве, которое имеет надувную основу:
а. – сплав на байдарке;
б. – сплав на плоту;
в. – парусный спорт;
г. – рафтинг.

Ответы на вопросы для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Водный туризм»

1. – г;
2. – г;
3. – в;
4. – б;
5. – в;
6. – в;
7. – а;
8. – а;
9. – б;
10. – г.

7.2.3 Вопросы к зачёту

ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ВОДНЫЙ ТУРИЗМ»:

1. Основные понятия водного туризма.
2. Виды водного туризма, особенности водных походов.
3. Речная система. Категория рек. Особенности рек.
4. Классификация плавсредств.
5. Классификация препятствий.
6. Прохождение порогов. Учёт направления и скорости течения. Движение против течения. Движение по руслу реки. Способы движения. Ориентирование на реке.
7. Гавани и оборудование для стоянки судов. Хранение судов. Материально-техническое обеспечение судов.
8. Сооружения и устройства ремонта судов. Спуско-подъемные устройства.
9. Аварии в водном туризме и их ликвидация. Ремонт байдарки.
10. Техническая подготовка байдарки к походу.
11. Техника и тактика водного похода. Загрузка лодок и маневры. Порядок движения. Линия движения. Работа вёслами.
12. Комплектование группы водного похода.

13.Выбор и планирование маршрута водного похода.
14.Транспортировка каяков и перевозка снаряжения.
15.Движение группы на маршруте.
16.Организация взаимодействия при обработке порогов.

7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ
К ЗАЧЕТУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ВОДНЫЙ ТУРИЗМ»:

1. Составление плана подготовки путешествия сбор информации о районе похода, разработка маршрута. Проверка умения плавать, контрольные, выходы, составление отчетов о путешествии.
2. Сборка и разборка байдарок. Предпоходный профилактический ремонт байдарок. Изготовление герметичной тары.
3. Составление походного меню и раскладка продуктов. Приготовление пищи в походных условиях.
4. Выбор места для лагеря, планировка, заготовка топлива, установка палаток, разведение кострой. Установка катамаранов на ночь (на суше, на воде). Ремонт катамаранов и другого снаряжения в походных условиях.
5. Наложение повязок. Отработка приемов спасения утопающего, искусственного дыхания, транспортировки пострадавшего.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

1. Макеева, В.С. Теория и методика физической рекреации: учебное пособие / В.В. Бойко, В.С. Макеева. – М.: Советский спорт, 2014. – 152 с. – Режим доступа: http://lib.rucont.ru/efd/279286
2. Теория и методика спортивного туризма: учебник / ред.: В.А. Таймазов, ред.: Ю.Н. Федотов. – М.: Советский спорт, 2014. – 424 с. : ил. – Режим доступа: http://lib.rucont.ru/efd/271139
3. Веткин, В.А. Водные спортивные походы: как управлять уровнем их опасности [Электронный ресурс] / В.А. Веткин. – М.: Советский спорт, 2014. – 207 с.: ил. – ISBN 978-5-9718-0745-2. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271102
4. Водный туризм / Сост. В.Н. Григорьев. – М.: Профиздат, 1990. – 304 с.
5. Абдель Вахед, Эссам Абдаллах Махмуд Транспортное обеспечение в туризме : учебное пособие : / Эссам Абдаллах Махмуд Абдель Вахед ; Казанский национальный исследовательский технологический университет.

– Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет (КНИТУ), 2018. – 120 с.
6. Глебов, Ю.С. Водный туризм в профилактике потребления психотропных веществ: учебно-методическое пособие / Ю.С. Глебов, Т.М. Брук, А.А. Парфенов, 2008. – 228 с. 20 экз
7. Константинов, Ю.С. Организация и проведение туристских походов с учащимися: учебно-методическое пособие / Г.И. Зорина, А.Г. Маслов, Ю.С. Константинов. – М.: Советский спорт, 2011. – 208 с. : ил. – Режим доступа: http://lib.rucont.ru/efd/271122. – 29.08.2016.
8. Константинов, Ю.С. Спортивно-оздоровительный туризм. Теория и практика / Ю.С. Константинов. – М.: Советский спорт, 2023. – 350 с.
9. Селиванов, В. В. Морской туризм : учебник : [16+] / В. В. Селиванов. – Москва ; Вологда : Инфра-Инженерия, 2024. – 364 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=727258
10. Туристский терминологический словарь / И.В. Зорин, В.А. Квартальнов. – М.: Советский спорт, 1999. – 664 с. 2 экз
11. Шпилько, С.П. Морские круизы: теория и практика [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н.В. Андронова, Р.В. Чударев, С.П. Шпилько. – М.: Советский спорт, 2012 . – 148 с.: ил. – (Туроперейтинг транспортных услуг). – ISBN 978-5-9718-0573-1. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271141

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru

4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru

4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,

• оглавление,

• введение,

• основную часть,

• заключение,

• библиографический список использованной литературы.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат заканчивается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Мультимедийное оборудование
2. Спортивное снаряжение:
   - Рюкзак туристский

- Палатка туристская
- Коврик туристский
- Спальный мешок
- Каска страховочная
- Топор
- Пила
- Лопата
- Тент
- Костровое устройство
- Столик туристский
- Стул туристский
- Карты спортивные, топографические
- Туристская аптечка
- Набор котлов для приготовления пищи

3. Библиотечный фонд литературы.
4. Аудиторный фонд

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров
2	Аудитории №№ А317, А325, А326 – помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная.	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine;

	аттестации	Интерактивная панель	Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»
Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»,

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТУРИЗМА И СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ВЕЛОТУРИЗМ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 2-3
Семестр – 4-5
Итоговая форма контроля – зачёт (5 семестр)

Рабочую программу разработали:
Брайцева В.А., к.п.н., доцент
Высоцкая Л.В., ст. преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта . 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объём дисциплины и виды учебной работы 6
5. Содержание дисциплины 6
5.1 Количество часов по видам занятий 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 7
5.2.1 Содержание лекционных занятий 7
5.2.1 Содержание практических занятий 7
6. Самостоятельная работа студентов 8
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 9
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 9
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 10
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 10
7.2.2 Тестовые задания 13
7.2.3 Вопросы к зачёту 15
7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи 16
8. Перечень основной и дополнительной литературы 16
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 17
9.1 Электронные библиотечные системы 17
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 17
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 19
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 22
12. Лицензионное программное обеспечение 23

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный Образовательный стандарт 3++ по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм (уровень бакалавриата), утверждён приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 943 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки», с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата, которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7 – способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

ПК-5 – способен осуществлять проведение занятий по физическому воспитанию.

	Соотнесённые профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания		
Методики проведения тренировочных занятий по общей физической подготовке и специальной подготовке занимающихся	05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-7, ПК-5
Методики проведения занятий по физическому воспитанию, оказанию практической помощи по вопросам физической подготовки	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» 33.023 «Инструктор-проводник»	УК-7, ПК-5
Основ методики воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности	01.001 «Педагог»	ПК-5
Умения		
Владеть методами организации экскурсий, велопоходов и экспедиций и т.п.	01.001 «Педагог»	УК-7, ПК-5

Проводить самостоятельно занятия по физическому воспитанию, тренировочные занятия, в том числе обучать в рамках утверждённых программ и методик физического воспитания навыкам и технике выполнения упражнений	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»; 05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-7, ПК-5
Использовать разнообразные формы, приёмы, методы и средства обучения	01.001 «Педагог»;	УК-7, ПК-5
Навыки и /или опыт деятельности		
Проведения учебных занятий по учебному предмету физическая культура, по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утверждённым программам, проведения туристских велопоходов	01.001 «Педагог»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»; 05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель» 05.009 «Специалист по ремонту спортивного инвентаря»	УК-7, ПК-5
Планирования занятий по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утверждённым программам	01.001 «Педагог»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»; 05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-7, ПК-5

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к Блоку 1 элективные дисциплины (модули) части, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы (Б1.ВДВ.03.02). В соответствии с учебным

планом дисциплина изучается на 2, 3 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля): зачёт. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: базовые виды физической культуры.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы		Всего часов	Семестр	
			4	5
Контактная работа преподавателя со студентами		6	4	2
Лекции		2	2	
Семинары				
Практические занятия		4	2	2
Лабораторные работы				
Промежуточная аттестация		зачёт		4
Самостоятельная работа		62	32	30
Общая трудоёмкость часы	**часы**	72	72	
	ЗЕ	2		

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

3 курс

Разделы и темы	Всего	Лекции	Практи-ческие	Самост. работа
1. Теоретические основы велосипедного туризма.				
1.1 Понятие и сущность велосипедного туризма.	2	2		10
1.2 История развития велосипедного туризма.	2		2	10

1.3 Материально-техническое оснащение велосипедного туризма.	2		2	12
2. Практическая подготовка: Организация и проведение велопохода	32			30
Промежуточная аттестация	4			
Всего часов:	72	2	4	62

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Занятие 1 (2 часа). Понятие и сущность велосипедного туризма. Особенности велосипедного туризма. Материально-техническое оснащение для развития велосипедного туризма. Велосипедный туризм в России. Рекреационные возможности Смоленской области для развития велосипедного туризма.

Изучение темы направлено на приобретение знаний понятийного аппарата велотуризма.

Изучение темы направлено на приобретение умений изучать и анализировать уровень развития велосипедного туризма.

Изучение темы направлено на приобретение опыта работы с современными источниками информации.

5.2.1 Содержание практических занятий

Занятие 1 (2 часа). Общая характеристика велосипеда. Типы и марки велосипедов. Их основные характеристики. Понятие о классе велосипеда и группе велосипедных деталей и узлов. Велосипед и его основные узлы: рама, передняя вилка (передняя амортизационная вилка), руль, вынос руля, колёса, втулки, каретка и вал каретки, узел передачи, трещотка, седло, тормоза клещевого типа с центральной или боковой тягой, тормоза консольного типа, тормоза типа «Ви-брейк», дисковые тормоза, педали (педали с туклипсами и педали контактные). Уход за велосипедом и его хранение.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по общей характеристики велосипеда и его основных узлов.

Изучение темы направлено на приобретение умений ухода за велосипедом и его хранением.

Изучение темы направлено на приобретение опыта подготовки велосипеда к велопоходу.

Занятие2 (2 часа). Разборка велосипеда и его основных узлов. Сборка. Регулировка. Смазка велосипеда. Практические занятия на учебном велодроме

(в лесу, на стадионе): опускание и поднимание седла, руля под рост велосипедиста, ведение велосипеда одной рукой за седло, различные способы посадки и схода с велосипеда, езда на велосипеде, выполнение поворотов, торможение; велопрогулки, велотренировки в парке, в лесу. Групповая езда (езда в группе: плотной группой и в колонну по одному). Фигурное вождение велосипеда и велоигры. Простейшие велопоходы.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по разборка велосипеда и его основных узлов.

Изучение темы направлено на приобретение умений сборка велосипеда. Регулировка. Смазка велосипеда.

Изучение темы направлено на приобретение опыта по выполнению велопоходов.

6. Самостоятельная работа студентов

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Понятия и сущность велосипедного туризма	10	Устный опрос	4 семестр
История развития велосипедного туризма	10	Реферат	4 семестр
Материально-техническое оснащение велосипедного туризма	12	Реферат Презентация	4 семестр
Организация и проведение велопохода	30	Конспект	5 семестр
Итого:	62		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;

2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;
4. Работа с материалами УМК.

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат. В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8, 9 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-7 – способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; ПК-5 – способен осуществлять проведение занятий по физическому	*01.001 «Педагог»:* А/02.6 – Воспитательная функция; А/03.6 – Развивающая деятельность; *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* А/01.4 – Планирование, организация и проведение занятий по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утверждённым программам; А/02.4 – Проведение спортивно-оздоровительной работы; *05.003 «Тренер»:* А/03.5 – Подготовка, проведение и анализ результатов мероприятий начальной подготовки по виду спорта и воспитательной работы со спортсменами; В/03.6 – Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с	Знает (пороговый уровень): – основные положения теории и методики проведения занятия по физическому воспитанию; Умеет (стандартный уровень): - разрабатывать документацию для проведения занятий по физическому воспитанию; - проводить практические и теоретических занятия по физическому воспитанию; - проводить учебно-тренировочные занятия; - организовывать туристские велопоходы; Владеет опытом (эталонный уровень): - подготовки и проведения занятия по физическому

воспитанию.	учетом возрастных особенностей занимающихся; *05.012 «Тренер-преподаватель»:* А/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; А/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; А/10.6 – Осуществление организации и судейства соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением *33.023 «Инструктор-проводник»;* А/01.5 – Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом; А/02.5 – Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекинги; *05.009 «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования»* А/01.5 – обеспечение хранения, ремонта, технического обслуживания спортивного и технологического оборудования, спортивной техники, инвентаря, экипировки	воспитанию; - проведения учебно-тренировочных занятий по развитию физических качеств; - прохождения туристского велопохода.

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Промежуточная аттестация: зачёт – 5 семестр.

Критерии оценивания компетенций (результатов)

Оценивается по 4-хбалльной шкале. В критерии оценки компетенций по экзамену входят:

1.уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;

2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;

3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;

4. ответы на дополнительные вопросы.

При проектировании ожидаемых результатов следует предусмотреть различные *уровни оценки ожидаемых результатов:*

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и

умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Примерный перечень оценочных средств в соответствии с иерархией целей по Блуму

№	Уровень сложности	Глаголы для формулировки заданий	Оценочные средства
1.	Знание	Цитировать, перечислить, дать определение, изобразить, идентифицировать, составить список, назвать, указать, записать, повторить, выбрать, сформулировать, свести в таблицу, рассказать, воспроизвести, упорядочить, соотнести, отметить	Тест Опрос устный Письменные ответы на вопросы Собеседование (индивидуальное, групповое) Коллоквиум Портфолио-коллектор (накопительное)
2.	Понимание	Определить, выделить, объяснить, находить различия, характеризовать, обсуждать, рассматривать в деталях, сделать сообщение, интерпретировать, сделать обзор, связать, уточнить, построить, преобразовать, расшифровать, выразить, переформулировать, рецензировать, привести примеры, описать	Тест Решение типовых ситуаций Эссе Портфолио оценочный
3	Применение	Применять, рассчитать, классифицировать, демонстрировать, доказать, инсценировать, модифицировать, исследовать, изменить, иллюстрировать, интерпретировать, разработать, упорядочивать выполнять, использовать, обнаруживать, устанавливать,	Наблюдение Кейс-задания Игра ролевая Компетентностно-ориентированные задания(КОЗ) Практические контрольные задания (ПКЗ) Портфолио достижений

		завершить, составить (отчет, план, график и т.п.), решать (задачу, проблему), раскрыть	Тренажер Расчетно-графическая работа Метод Дельфи («мозговой атаки»)
4	Анализ	Анализировать, оценивать, сравнить, распределять по категориям(категорировать), полемизировать, оспаривать, вывести, подразделить, изобразить схематически, различать, (проводить различие), находить различия, исследовать, изучать, применять, осуществлять эксперимент, идентифицировать, собрать сведения, резюмировать, выделять, отсеять, отсортировать, измерить, разделить	Кейс-задание Игра организационно-мыслительная Реферат Портфолио Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты Проект
5	Синтез	Систематизировать, собирать (монтировать), осуществить компиляцию, производить сборку, сочинять (писать), конструировать (придумывать), создавать, производить, разрабатывать модель, алгоритмизировать, управлять, организовать, спланировать, подготовить, предлагать, изобретать, обобщать, компоновать, строить, интегрировать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Профессионально-исследовательские задания (ПИЗ) Портфолио Проект
6	Оценка	осуществлять оценку, убедить, выбрать, сравнивать и находить отличия, критиковать, определять (устанавливать, принимать решение), определять стоимость, составлять мнение, градировать (разбивать на этапы), сделать вывод, соизмерять (соотносить), осуществлять ранжирование, рекомендовать (предлагать), проверять (исправлять, видоизменять), обосновать, составить мнение, прогнозировать, защищать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Портфолио Проект

Описание шкалы оценивания

Отметка «отлично» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные, заданные экзаменатором;

- студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями;

- при ответе на вопросы используются данные из дополнительной литературы;

- ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения;

- студент демонстрирует умение вести научную дискуссию.

Отметка «хорошо» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определённые затруднения в ответе на уточняющие вопросы;

– в ответе имеют место несущественные фактические неточности;

- недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов билета;

– в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

– знания имеют фрагментарный характер, имеются определённые неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;

– при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки;

– студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

– не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;

– допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;

– студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;

– в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;

– на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или даёт неверные ответы.

Задания в рамках индикаторов достижения компетенций оцениваются в процессе текущего контроля и являются обязательными в соответствии с утверждёнными в образовательной организации порядком промежуточной аттестации (как допуск к зачёту).

7.2.2 Тестовые задания

Тестовые задания для студентов специальности «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Велотуризм»

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, который является правильным ответом

1. Заранее спланированный путь передвижения туристов в течение определенного периода времени – это…
   а. туристский маршрут;
   б. туристская нить;
   в. тур;
   г. путешествие.

2. Смотровая площадка – это:
   а. площадка на дистанции, предназначенная для наблюдения судьями за действиями участников соревнований;
   б. площадка на дистанции, предназначенная для наблюдения зрителями за действиями участников соревнований;
   в. площадка вне дистанции, предназначенная для наблюдения зрителями за действиями участников соревнований;
   г. все варианты верны.

3. Какой количество классов дистанции существует в велотуризме:
   а. 2 класса дистанции;
   б. 3 класса дистанции;
   в. 5 классов дистанции;
   г. 6 классов дистанции.

4. Минимальный возраст участника в 1 классе дистанции в велотуризме:
   а. 8 и более лет;
   б. 9 и более лет;
   в. 10 лет и более;
   г. возраст не органичен.

5. Допускается ли замена велосипеда в пределах одной дистанции:
   а. допускается;
   б. не допускается;
   в. на усмотрение участника;
   г. на усмотрение судей.

6. При расчете категории трудности препятствий учитываются:
   а. Коэффициент пересеченной местности;
   б. Коэффициент абсолютной высоты;
   в. Коэффициент дорожного покрытия;
   г. Все варианты верны.

7. Особенностями велотуризма являются:
   а. Сезонность;
   б. Специфические нагрузки;
   в. Опасности на дороге, соблюдение ПДД;
   г. Все варианты верны.

8. Минимальная протяжённость велосипедного похода первой категории сложности составляет:
   а. 200 км;
   б. 250 км;
   в. 300 км;
   г. 350 км.

9. Длительная перевозка большого груза на спине неприятна и вредна для позвоночника, что вызвано специфической позой велосипедиста. Поэтому они обычно имеют небольшой объём и предназначены для коротких маршрутов для перевозки питьевой системы и минимума одежды. Каков объем такого наплечного рюкзака?
   а. Менее 5 литров;
   б. 5-35 литров;
   в. 35-50 литров;
   г. Более 50 литров.
10. Видами велотуризма являются:
   а. классический велотуризм и спортивный велотуризм;
   б. экстремальный велотуризм, цивилизованный велотуризм, экспедиционный туриз;,
   в. однодневные и длительные велопоходы;
   г. все варианты верны.

Ответы на вопросы для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «ВЕЛОТУРИЗМ»

1.	а	7.	г
2.	б	8.	в
3.	г	9.	в
4.	а	10.	г
5.	б		
6.	г		

7.2.3 Вопросы к зачёту

ВОПРОСЫ К ЗАЧЁТУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ВЕЛОТУРИЗМ»:

1. Понятие и сущность велосипедного туризма.
2. История развития велотуризма.
3. Классификация соревнования по велотуризму.
4. Особенности организации велотуров.
5. Значение велосипедного туризма в Смоленской области.
6. Оценка уровня развития велосипедного туризма в Смоленской области.
7. Общая характеристика велосипеда. Типы и марки велосипедов.

8. Велосипед и его основные узлы.
9. Уход за велосипедом и его хранение.
10. Знание маршрута и своевременное ознакомление всех участников похода с особенностями отдельных участков.
11. Обеспечение безопасности прохождения маршрута.
12. Оформление маршрутной и отчётной документации о походе.

7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи
ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ К ЗАЧЕТУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ВЕЛОТУРИЗМ»:

1. Составление плана подготовки путешествия сбор информации о районе похода, разработка маршрута. Проверка умения езды на велосипеде, контрольные выходы, составление отчетов о путешествии.
2. Сборка велосипеда. Предпоходный профилактический ремонт велосипеда.
3. Составление походного меню и раскладка продуктов. Приготовление пищи в походных условиях.
4. Выбор места для лагеря, планировка, заготовка топлива, установка палаток, разведение костров.
5. Наложение повязок. Отработка приемов транспортировки пострадавшего.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

1. Аницоева, Л. К., Основы спортивно-оздоровительного туризма : учебное пособие / Л. К. Аницоева. — Москва : КноРус, 2025. — 159 с. — ISBN 978-5-406-13537-2. — URL: https://book.ru/book/955358
2. Макеева, В.С. Теория и методика физической рекреации : учеб. пособие / В.В. Бойко, В.С. Макеева. – М.: Советский спорт, 2014. – 152 с. – Режим доступа: http://lib.rucont.ru/efd/279286
3. Теория и методика спортивного туризма: учебник / ред.: В.А. Таймазов, ред.: Ю.Н. Федотов. – М.: Советский спорт, 2014. – 424 с. : ил. – Режим доступа: http://lib.rucont.ru/efd/271139
4. Федотов, Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник / Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков. – М.: Советский спорт, 2008. – 464 с. 15 экз
5. Махов, С. Ю. Специальная физическая подготовка в велотуризме : учебно-методическое пособие / С. Ю. Махов ; Межрегиональная академия безопасности и выживания. – Орел : Межрегиональная академия безопасности и выживания, 2014. – 51 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428630
6. Велосипедный туризм / А.А. Булгаков. – М.: Ключ, 1998. – 624 с. 1 экз
7. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование / В.И. Ганопольский, Е.Я. Безносиков, В.Г. Булатов. – Режим доступа: http://tourlib.net/books_tourism/ganopolsky10.htm.

8. Константинов, Ю.С. Организация и проведение туристских походов с учащимися: учебно-методическое пособие / Г.И. Зорина, А.Г. Маслов, Ю.С. Константинов. – М.: Советский спорт, 2011. – 208 с. : ил. – Режим доступа: http://lib.rucont.ru/efd/271122.
9. Константинов, Ю.С. Спортивно-оздоровительный туризм. Теория и практика / Ю.С. Константинов. – М.: Советский спорт, 2023. – 350 с.
10. Коструб, А.А. Медицинский справочник туриста / А.А. Коструб. – М.: Профиздат, 1990. – 256 с. 2 экз
11. Куликов, В.М. Топография и ориентирование в туристском путешествии / В.М. Куликов, Ю.С. Константинов. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2004. – 72 с. 2 экз
12. Туристский терминологический словарь / И.В. Зорин, В.А. Квартальнов. – М.: Советский спорт, 1999. – 664 с. 2 экз

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru
4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/

8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

- необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;
- записывать удобнее на одной стороне листа;
- записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;
- следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;
- на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.
2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.
3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.
4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.
5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.
6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления *7 – 10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического

воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список использованной литературы.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат заканчивается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента.

Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Мультимедийное оборудование
2. Спортивное снаряжение:
   - Рюкзак туристский
   - Палатка туристская
   - Коврик туристский
   - Спальный мешок
   - Каска страховочная
   - Топор
   - Пила
   - Лопата
   - Тент
   - Костровое устройство
   - Столик туристский
   - Стул туристский
   - Карты спортивные, топографические
   - Туристская аптечка
   - Набор котлов для приготовления пищи

- Велосипед

3. Библиотечный фонд литературы.
4. Аудиторный фонд

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений

2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»
Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»,

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТУРИЗМА И СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ПОИСКОВО-СПАСАТЕЛЬНЫХ РАБОТ В ТУРИЗМЕ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: заочная

Курс 5
Семестр 10
Итоговая форма контроля – зачёт

Рабочую программу разработали:
Брайцева В.А., к.п.н., доцент кафедры,
Матвеева А.В., к.п.н., ст. преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объём дисциплины и виды учебной работы 5
5. Содержание дисциплины 6
5.1 Количество часов по видам занятий 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 6
5.2.1 Содержание практических занятий 6
6. Самостоятельная работа студентов 7
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 8
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 8
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 10
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 10
7.2.2 Вопросы к зачёту 13
7.2.3 Тестовые задания 14
8. Перечень основной и дополнительной литературы 16
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 18
9.1 Электронные библиотечные системы 18
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 18
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 20
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 21
12. Лицензионное программное обеспечение 22

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции,

отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-8 – Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов;

ПК-4 – способен осуществлять организацию судейства спортивных соревнований по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивного соревнования

	Соотнесённые профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания		
Правил техники безопасности при проведении физкультурно-спортивного мероприятия с элементами спортивно-оздоровительного туризма, тренировочных мероприятий, занятий, правил безопасного использования спортивного оборудования, при проведении официальных спортивных соревнований	05.003 «Тренер»; 05.007 «Спортивный судья» 05.012 «Тренер-преподаватель»; 33.023 «Инструктор-проводник»	УК-8
Правил охраны труда при проведении массовых мероприятий в организации, осуществляющей образовательную деятельность, и вне организации	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» 05.012 «Тренер-преподаватель»	УК-8
Правил вида спорта	05.007 «Спортивный судья»	ПК-4
Положения или регламентов по виду спорта	05.007 «Спортивный судья»	ПК-4
Квалификационных требований к спортивным судьям по виду спорта	05.007 «Спортивный судья»	ПК-4
Умения		

Организовать работу секретариата и судей на этапах	05.007 «Спортивный судья»	ПК-4
Разъяснить в доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	УК-8
Вести разъяснительную работу по профилактике травматизма и соблюдении безопасности на спортивных объектах при проведении физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	УК-8
Навыки и /или опыт деятельности		
Судейства туристских соревнований	05.007 «Спортивный судья»	ПК-4
Владения навыками обеспечения безопасности при проведении занятия	05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»; 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	УК-8

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к Блоку 1 части, формируемой участниками профессиональных отношений, разделу дисциплин (модулей) по выбору. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 5 курсе по заочной форме обучения. Вид аттестации зачет. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: спортивно-оздоровительный туризм, первая доврачебная помощь в туризме, технология организации и проведения походов выходного дня, организация и проведение туристско-спортивных мероприятий.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Всего часов	Семестр
Контактная работа преподавателя со студентами	6	10
Лекции	2	
Практические занятия	4	
Лабораторные работы	0	
Аттестация – зачёт	4	

Самостоятельная работа	62	
Общая трудоёмкость часы	72	
Зачетные единицы	2	

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа
1.	Понятие поисково-спасательных работ и их характеристика	12	2		10
2.	Поисково-спасательные работы силами туристской группы	16		2	14
3.	Поисково-спасательные и транспортировочные работы в различных условиях	20		2	18
4.	Организация и проведение соревнований по программе «Школа безопасности»	20		-	20
Итоговая аттестация - зачет		4			
	Всего часов	72	2	4	62

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Занятие 1 (2 часа) Понятие поисково-спасательных работ и их характеристика. Понятие поисково-спасательной операции. Структура поисково-спасательной службы МЧС России. Разновидности поисково-спасательных и транспортировочных работ. Общая схема поисково-спасательных работ (ПСР). Этика ПСР.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по определению и структуре поисково-спасательных работ.

Изучение темы направлено на формирование универсальной компетенции УК-8, профессиональной компетенции ПК-4.

5.2.2 Содержание практических занятий

Занятие 1 (2 часа). Поисково-спасательные работы силами туристской группы. Оказание первой помощи и проведение ПСР силами группы. Тактика проведения ПСР силами школы (несколько) отделений. Технические приемы, необходимые при проведении ПСР.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по проведению поисково-спасательных работ силами туристской группы.

Изучение темы направлено на формирование универсальной компетенции УК-8, профессиональной компетенции ПК-4.

Занятие 2 (2 часа). Поисково-спасательные и транспортировочные работы в различных условиях. Общие принципы поисково-спасательных работ, участники поисково-спасательных работ, руководство поисково-спасательными работами. Фазы поисково-спасательной операции.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по организации поисково-спасательных работ в различных условиях.

Изучение темы направлено на приобретение умений пользоваться специальным туристским снаряжением для оказания спасательных и транспортировочных работ.

Изучение темы направлено на приобретение опыта транспортировки пострадавшего по пересечённой местности.

Изучение темы направлено на формирование универсальной компетенции УК-8, профессиональной компетенции ПК-4.

6. Самостоятельная работа студентов

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Понятие поисково-спасательных работ и их характеристика	10	Устный ответ	10 семестр
Поисково-спасательные работы силами туристской группы	14	Реферат с презентацией	10 семестр
Поисково-спасательные и транспортировочные работы в различных условиях	18	Устный ответ	10 семестр
Организация и проведение соревнований по программе «Школа безопасности»	20	Письменная работа	10 семестр
Итого	62		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;
4. Работа с материалами УМК.

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом, у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат. В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-8 – способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельн	*05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* D/01.5 – Планирование и реализация мероприятий по физическому воспитанию населения;	Знает (пороговый уровень): – правила безопасности при проведении практических занятий в спортивном зале, в естественных условиях; – знает основные направления профилактики травматизма в

ости, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	*05.003 «Тренер»:* B/05.6 – Проведение тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин); B/06.6 – Координация соревновательной деятельности занимающихся *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; A/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; A/07.6 – Проведение профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом; *05.007 «Спортивный судья»:* A/02.3 – Взаимодействие с участниками спортивных соревнований для организации и координации их действий; B/01.4 – Информирование и контроль размещения зрителей при проведении спортивного соревнования; C/02.4 – Обеспечение надлежащей эксплуатации и сохранности спортивного и технологического инвентаря, экипировки во время проведения спортивного соревнования; *01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»:* A/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы; *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* D/01.5 – Планирование и реализация мероприятий по физическому воспитанию населения; F/01.6 – Подготовка занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма *33.023 «Инструктор-проводник»;* A/02.5 – Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекинги; A/03.5 – Проведение работ во время аварийных ситуаций при занятиях пешеходным туризмом и трекингом	физкультурно-спортивной деятельности; – особенностей действий в аварийных ситуациях; – технологии организации и проведения поисково-спасательных работ; Умеет (стандартный уровень): – организовывать и оказывать страховку при прохождении практических заданий; – проводить беседы по профилактике спортивного травматизма; – использовать в профессиональной деятельности передовые приёмы обучения и воспитания; – владеть приёмами выживания в природной среде в условиях аварийных ситуаций; Владеет опытом (эталонный уровень): – соблюдения техники безопасности в процессе физкультурно-спортивной деятельности; – профилактики травматизма в спортивно-оздоровительном туризме;

ПК-4 – способен осуществлять организацию судейства спортивных соревнований по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивного соревнования	*05.007 «Спортивный судья»:* A/01.3 – Визуальный контроль соблюдения условий проведения спортивных соревнований в соответствии с правилами вида спорта, положением (регламентом) о спортивном соревновании; C/01.4 – Обеспечение готовности спортивного и технологического оборудования, инвентаря и экипировки к проведению спортивного соревнования; D/01.5 – Организация работы секретариата спортивного соревнования; *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/10.6 – Осуществление организации и судейства соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением *05.003 «Тренер»:* B/06.6 – Координация соревновательной деятельности занимающихся	Знает (пороговый уровень): – правила соревнований по спортивному туризму; – регламент группы спортивных дисциплин «дистанции-пешеходные»; Умеет (стандартный уровень): - проводить судейство отдельного технического этапа в туристских соревнованиях в должности «судья этапа»; - проводить судейство отдельного технического этапа в туристских соревнованиях в должности «секретарь этапа»; - проводить судейство отдельного технического этапа в туристских соревнованиях в должности контролёр дистанции; Владеет опытом (эталонный уровень): – организации и судейства соревнований по программе ОБЖ

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Промежуточная аттестация: зачет – 10 семестр.

Критерии оценивания компетенций (результатов)

Оценивается по 4-хбалльной шкале. В критерии оценки компетенций по экзамену входят:

1.уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;

2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;

3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;

4. ответы на дополнительные вопросы.

При проектировании ожидаемых результатов следует предусмотреть различные *уровни оценки ожидаемых результатов:*

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Примерный перечень оценочных средств в соответствии с иерархией целей по Блуму

№	Уровень сложности	Глаголы для формулировки заданий	Оценочные средства
1.	Знание	Цитировать, перечислить, дать определение, изобразить, идентифицировать, составить список, назвать, указать, записать, повторить, выбрать, сформулировать, свести в таблицу, рассказать, воспроизвести, упорядочить, соотнести, отметить	Тест Опрос устный Письменные ответы на вопросы Собеседование (индивидуальное, групповое) Коллоквиум Портфолио-коллектор (накопительное)
2.	Понимание	Определить, выделить, объяснить, находить различия, характеризовать, обсуждать, рассматривать в деталях, сделать сообщение, интерпретировать, сделать обзор, связать, уточнить, построить, преобразовать, расшифровать, выразить, переформулировать, рецензировать, привести примеры, описать	Тест Решение типовых ситуаций Эссе Портфолио оценочный
3	Применение	Применять, рассчитать, классифицировать, демонстрировать, доказать, инсценировать, модифицировать, исследовать, изменить, иллюстрировать, интерпретировать, разработать, упорядочивать выполнять, использовать, обнаруживать, устанавливать, завершить, составить (отчет, план, график и т.п.), решать (задачу, проблему), раскрыть	Наблюдение Кейс-задания Игра ролевая Компетентсностно-ориентированные задания(КОЗ) Практические контрольные задания (ПКЗ) Портфолио достижений Тренажер Расчетно-графическая работа Метод Дельфи («мозговой атаки»)
4	Анализ	Анализировать, оценивать, сравнить, распределять по категориям(категорировать), полемизировать, оспаривать, вывести,	Кейс-задание Игра организационно-мыслительная Реферат

		подразделить, изобразить схематически, различать, (проводить различие), находить различия, исследовать, изучать, применять, осуществлять эксперимент, идентифицировать, собрать сведения, резюмировать, выделять, отсеять, отсортировать, измерить, разделить	Портфолио Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты Проект
5	Синтез	Систематизировать, собирать (монтировать), осуществить компиляцию, производить сборку, сочинять (писать), конструировать (придумывать), создавать, производить, разрабатывать модель, алгоритмизировать, управлять, организовать, спланировать, подготовить, предлагать, изобретать, обобщать, компоновать, строить, интегрировать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Профессионально-исследовательские задания (ПИЗ) Портфолио Проект
6	Оценка	осуществлять оценку, убедить, выбрать, сравнивать и находить отличия, критиковать, определять (устанавливать, принимать решение), определять стоимость, составлять мнение, градировать (разбивать на этапы), сделать вывод, соизмерять (соотносить), осуществлять ранжирование, рекомендовать (предлагать), проверять (исправлять, видоизменять), обосновать, составить мнение, прогнозировать, защищать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Портфолио Проект

Описание шкалы оценивания

Отметка «отлично» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные, заданные экзаменатором;

- студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями;

- при ответе на вопросы используются данные из дополнительной литературы;

- ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения;

- студент демонстрирует умение вести научную дискуссию.

Отметка «хорошо» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определённые затруднения в ответе на уточняющие вопросы;

– в ответе имеют место несущественные фактические неточности;

- недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов билета;

– в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

– знания имеют фрагментарный характер, имеются определённые неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;

– при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки;

– студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

– не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;

– допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;

– студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;

– в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;

– на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или даёт неверные ответы.

Задания в рамках индикаторов достижения компетенций оцениваются в процессе текущего контроля и являются обязательными в соответствии с утверждёнными в образовательной организации порядком промежуточной аттестации (как допуск к зачёту).

7.2.2 Вопросы к зачёту для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине: «Организация и проведение поисково-спасательных работ в туризме»

1. Понятие поисково-спасательных работ и их характеристика
2. Общие принципы ПСР, этика
3. Поиск заблудившихся и пропавших в лесу
4. Транспортировка пострадавших силами группы
5. ПСР на акваториях
6. ПСР на болоте
7. ПСР в горной местности
8. ПСР в условиях завалов
9. Организация и проведение ПСР при ЧС на ж/д транспорте
10. ПСР в условиях пожаров
11. ПСР с использованием вертолета
12. ПСР в условиях эпидемий. Карантин.

13. Особенности работы спасателей с пострадавшими детьми и подростками.
14. Международная кодовая таблица
15. Организация и поведение ПСР при ЧС на автомобильном транспорте
16. ПСР при возникновении ЧС на водном транспорте
17. Знаки международной авиационной жестовой сигнализации
18. ПСР в зимнем путешествии
19. Виды средств и способы подачи сигналов бедствия (сигнальные костры, информационные сигналы, сигнальные знаки)
20. Организация ПСР в экологическом и приключенческом туризме

7.2.3 Тестовые задания для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Организация и проведение поисково-спасательных работ в туризме»

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, который является правильным ответом

1. Расшифруйте аббревиатуру ПСР:
   а – поисково-спасательная разработка;
   б – поисково-сервисные работы;
   в – поисково-спасательные работы;
   г – поиск, спасение, реанимация.
2. Поисково-спасательные работы – это:
   а – вид аварийно-спасательных работ, имеющих целью установить текущее местонахождение пропавшего объекта в состоянии бедствия - человека;
   б – действия по спасению людей, материальных и культурных ценностей, защите природной среды в зонах чрезвычайных ситуаций, локализации чрезвычайных ситуаций и подавлению или доведению до минимально возможного уровня воздействия характерных для них опасных факторов;
   в – работы, которые включают: разведку маршрутов движения к районам выполнения работ, очагов поражения (зон заражения, районов разрушений, пожаров, завалов, затоплений); локализацию и тушение пожаров; розыск и извлечение поражённых из разрушенных, повреждённых, загазованных, задымленных, горящих сооружений, оказание им первой медицинской помощи и эвакуацию из очагов поражения; вскрытие заваленных и разрушенных защитных сооружений (убежищ);вывод населения жилых городков в безопасные районы; специальную обработку войск и обеззараживание районов их расположения, участков дорог, продовольствия, воды;
   г – комплекс мероприятий по спасению людей и оказанию первой медицинской помощи пострадавшим при различного рода авариях, катастрофах и стихийных бедствиях, а также в очагах массовых потерь при применении противником оружия массового поражения.

3. Что входит в состав снаряжения при организации: ПСР на болоте:
а – топор, молоток, веревка;
б – шест, резиновые сапоги, спасжилет;
в – лопата, бревно, каска;
г – нож, гвозди, дождевик.
4. При ПСР на воде в первую очередь следует:
а – спасать людей;
б – спасать ценный груз;
в – спасать судно;
г – спасать продовольствие.
5. Наиболее эффективный способ поиска пропавших в лесу:
а – поиск с использованием авиации;
б – поиск с использованием снаряжения;
в – поиск по азимуту;
г – поиск на автотранспорте.
6. Из каких вещей состоит минимальный комплект снаряжения спасателя:
а – аптечка, верёвка, нож, сало;
б – фонарь, ракетница, каска, спасжилет;
в – индивидуальные средства связи, фонарь, нож, индивидуальный перевязочный пакет;
г – все перечисленные верны.
7. Способ транспортировки пострадавшего одним человеком:
а – вперёд ногами;
б – на носилках;
в – на руках;
г – вперед головой.
8. Каким образом можно оказать помощь пострадавшему, находящемуся под автомобилем:
а – вытянуть пострадавшего;
б – приподнять автомобиль;
в – использовать специальный грузоподъемный механизм;
г – использовать средства аутогенной тренировки.
9. При ПСР на снежной поверхности применяют:
а – скоростные, спортивные снегоходы с узкой гусеницей и узкими лыжами;
б – снегоходы с широкой гусеницей и широкими лыжами;
в – мототранспорт с закреплёнными санями;
г – внедорожник.
10. Спасатель - это:
а – гражданин, оказывающий помощь и обладающий достаточной физической подготовленностью;
б – гражданин, имеющий спортивный разряд или звание и участвовавший в соревнованиях по поисково-спасательным работам;
в – гражданин, подготовленный и аттестованный на проведение аварийно-спасательных работ;

г – гражданин, имеющий опыт прохождения локальных и протяженных препятствий и знающий основы медицинских знаний.

Ответы на вопросы для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Организация и проведение поисково-спасательных работ в туризме»

1. - в
2. - а
3. - б
4. - а
5. - а
6. - в
7. - в
8. - в
9. - б
10. - в

8. Перечень основной и дополнительной литературы

1. Аницоева, Л. К., Основы спортивно-оздоровительного туризма : учебное пособие / Л. К. Аницоева. — Москва : КноРус, 2025. — 159 с. — ISBN 978-5-406-13537-2. — URL: https://book.ru/book/955358 . — Текст : электронный.
2. Базовая подготовка по спортивно-оздоровительному туризму / С. В. Соболев, В. М. Гелецкий, Е. А. Николаев [и др.] ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2016. – 230 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496992
3. Безопасность жизнедеятельности : учебник / В. О. Евсеев, В. В. Кастерин, Т. А. Коржинек [и др.] ; под ред. Е. И. Холостовой, О. Г. Прохоровой. – 4-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2022. – 452 с. : ил., табл. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684378 .
4. Бомин, В. А. Основы детско-юношеского туризма [Электронный ресурс]: Учебно-методическое пособие / В. А. Бомин. – Иркутск: Издательство "Мегапринт", 2014. – 92 с.: ил. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/336930
5. Буянов В.М. Первая медицинская помощь: учебник/ В.М. Буянов, Ю.А. Нестеренко – Режим доступа: http://www.booksmed.com/terapiya/2182-pervaya-medicinskaya-pomoshh-buyanov-uchebnik.html - 29.03.2016.
6. Иванова, С. В. Физкультурно-спортивная работа с населением: средовый подход / С. В. Иванова, И. В. Манжелей ; Тюменский государственный университет. – Тюмень : Тюменский государственный университет, 2017. – 244 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572743 .
7. Каратаев, О. Р. Специальные спортивные сооружения, оборудование и снаряжения для спортивного туризма «Дистанция – пешеходная» / О. Р. Каратаев, А. И. Тазутдинова ; Казанский национальный исследовательский технологический университет. – Казань : Казанский национальный

исследовательский технологический университет (КНИТУ), 2022. – 80 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=701763 . – Библиогр.: с. 71-72. – ISBN 978-5-7882-3126-6. – Текст : электронный.

8. Константинов, Ю. С. Детско-юношеский туризм : учебник для вузов / Ю. С. Константинов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07182-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/563207

9. Константинов, Ю.С. Спортивно-оздоровительный туризм. Теория и практика: учебное пособие / Ю.С. Константинов. – М.: Советский спорт. 2023 – 350 с.

10. Крайнов, И. В. Спортивный туризм: техническая подготовка в спортивном ориентировании : учебное пособие : [16+] / И. В. Крайнов ; Омский государственный педагогический университет. – Омск : Омский государственный педагогический университет (ОмГПУ), 2018. – 60 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=616200

11. Махов, С. Ю. Организация безопасности активного туризма : учебно-методическое пособие для высшего профессионального образования / С. Ю. Махов ; Межрегиональная академия безопасности и выживания. – Орел : Межрегиональная академия безопасности и выживания, 2014. – 126 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428625 . – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

12. Организация детско-юношеского и молодежного туризма : учебное пособие / И. Е. Карасев, Е. В. Кулагина, О. В. Лукина, Б. К. Смагулов ; Омский государственный технический университет. – Омск : Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2017. – 92 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493421

13. Соболев, С. В. Совершенствование тренировочного процесса в спортивном туризме в дисциплине «Дистанции – пешеходные» / С. В. Соболев, Н. В. Соболева ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2014. – 134 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364618 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7638-3112-2. – Текст : электронный.

14. Спортивно-оздоровительный туризм : учебное пособие : [16+] / С. В. Соболев, Н. В. Соболева, Е. А. Николаев [и др.] ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2021. – 180 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=706622 . – Библиогр.: с. 155-157. – ISBN 978-5-7638-4501-3. – Текст : электронный.

15. Стеблецов, Е. А. Спортивно-оздоровительный туризм и спортивное ориентирование : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, Ю. С. Воронов, В. В. Севастьянов ; под общей редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва :

Издательство Юрайт, 2025. — 195 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13274-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/567314 .

16. Теория и методика спортивного туризма [Электронный ресурс] : учебник / ред.: В.А. Таймазов, ред.: Ю.Н. Федотов. – М. : Советский спорт, 2014. – 424 с.: ил. – ISBN 978-5-9718-0647-9. —– Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271139

17. Туризм и спортивное ориентирование : учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. К. Г. Зеленский, А. В. Абрамов, Д. Н. Безлепкин ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [и др.]. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018. – 132 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=562693 . – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru
4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/

8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
10. Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к практическим занятиям

Практическое занятие – форма систематических учебных занятий, с помощью которых обучающиеся изучают тот или иной раздел определенной дисциплины, входящей в состав учебного плана. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

При подготовке к практическим занятиям следует использовать литературу На практических занятиях приветствуется активное участие в обсуждении конкретных ситуаций, способность на основе полученных знаний находить наиболее эффективные решения поставленных проблем, уметь находить полезный дополнительный материал по тематике занятий.

Студенту рекомендуется следующая схема подготовки к занятию:

1. Проработать конспект лекций;
2. Прочитать литературу, рекомендованную по изучаемому разделу;
3. Ответить на вопросы плана семинарского занятия;
4. Выполнить домашнее задание;
5. Проработать тестовые задания и задачи;
6. При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

В процессе подготовки изучают рекомендованные преподавателем источники литературы, а также самостоятельно осуществляют поиск релевантной информации, а также могут собрать практический материал.

Рекомендации по проведению занятий по практической подготовке:

- определить целевые показатели - итоговые и промежуточные (текущие), по которым можно судить о реализации поставленных задач;
- разработать общую схему построения соревновательного и тренировочного процесса на различных этапах и циклах подготовки;
- определить динамику параметров тренировочных и соревновательных нагрузок, а также системы восстановления работоспособности, направленных на достижение главных и промежуточных целей.

Вся ответственность за безопасность занимающихся возлагается на преподавателей, непосредственно проводящих занятия с группой.

На первом занятии необходимо ознакомить занимающихся с правилами безопасности при проведении занятий.

Педагог обязан:

1. Производить построение и перекличку учебных групп перед занятиями с последующей регистрацией в журнале. Опоздавшие к занятиям не допускаются.
2. Не допускать увеличения числа занимающихся в каждой группе сверх

установленной нормы на одного педагога.
Во время занятий преподаватель несет ответственность за порядок в группе, жизнь и здоровье занимающихся:

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Мультимедийное оборудование
2. Спортивное снаряжение:
   - система страховочная;
   - веревка страховочная;
   - карабин муфтовочный;
   - карабин автоматический;
   - рюкзак туристский;
   - палатка туристская;
   - коврик туристский;
   - спальный мешок;
   - петли вспомогательные (разного диаметра);
   - тормозные устройства (восьмерка, капелька);
   - фиксирующие устройства (Жумар);
   - топор;
   - тент;
   - костровое устройство;
   - столик туристский;
   - стул туристский;
   - призма для спортивного ориентирования;
   - компас спортивный;
   - компостер для спортивного ориентирования;
   - карты спортивные, топографические;
   - курвиметр;
   - ролики одинарные, двойные;
   - секундомер;
   - сигнальная лента;
   - туристская аптечка;
   - набор котлов для приготовления пищи;
3. Библиотечный фонд
4. Аудиторный фонд

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа

1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления

5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»,

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

СТРАНОВЕДЕНИЕ

основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки **49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»**

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: заочная

Курс – 5
Семестр – 10
Итоговая форма контроля – зачёт

Рабочую программу разработала:
Воронова В.В., к.п.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта 3

2. Результаты обучения по дисциплине 4

3. Место дисциплины в структуре ОПОП 6

4. Объем дисциплины и виды учебной работы 6

5. Содержание дисциплины 6

5.1. Количество часов по видам занятий 6

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий 8

5.2.1. Содержание практических занятий 8

6. Самостоятельная работа студентов 11

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 15

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе .....

изучения дисциплины 15

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы 15

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 18

7.2.2. Тестовые задания 18

7.2.3. Вопросы к зачету 19

8. Перечень основной и дополнительной литературы 31

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 32

9.1. Электронные библиотечные системы 32

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 32

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 33

11. Материально-техническое и лицензионное программное обеспечение дисциплины 38

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций:

УК-5 - способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах для решения поставленных задач**.**

ПК-9 – способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с целью успешной реализации рекреационно-оздоровительного, спортивного, туристского и фитнес продукта

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт* и код трудовой функции	Компетенции
Знает: - содержание ключевых понятий страноведения; - общие основы страноведения; основные компоненты туристских страноведческих характеристик; - культурные, этнические и религиозные особенности стран и их значение в туристской деятельности; закономерности и принципы размещения туристских ресурсов	ПС 04.005 «Экскурсовод (гид) С/02.5 Разработка экскурсионных программ обслуживания Е/01.7 Определение концепции и стратегии развития экскурсионной	УК-5
Умеет:		

- самостоятельно приобретать, усваивать и применять теоретические знания; - анализировать основные события в сфере рекреации и туризма в нашей стране и за ее пределами; - находить и использовать информацию, необходимую для ориентации в основных текущих проблемах в рекреации и туризме;	организации	
Имеет опыт: - овладеть навыками анализа и прогнозирования географии основных туристских потоков и основных направлений туризма в ведущих государствах мира; - навыками анализа природных, социально-экономических и туристских ресурсов; - методами оценки туристских и рекреационных ресурсов отдельных стран и регионов.		
Знать	ПС 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» A/02.6 Организация досуговой деятельности учащихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы. A/05.6 Разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы.	ПК-9
Знает: - характеристики туристских и рекреационных ресурсов отдельных стран и регионов, на базе которых развивается как международный, так и внутренний туризм и происходит формирование основных туристских потоков		
Уметь		
Умеет: - свободно ориентироваться по физическим, социально-экономическим и политическим картам; - давать страноведческую характеристику туристским районам, используя природные и культурно-исторические комплексы территории; - станавливать систему взаимосвязей между природной средой, хозяйственной		

деятельностью субъекта и туристской индустрией.		
Иметь опыт деятельности		
Имеет опыт: - исследования на практике рынка туристских и рекреационных услуг, интересов и потребностей потребителей; - разработки и реализации программ рекреационно-оздоровительных туристских продуктов		

3.Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Страноведение» относится к дисциплинам по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений (**Б1.В.ДВ.04.02)** Федерального государственного образовательного стандарта 3++ высшего профессионального образования по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм».

Виды текущей аттестации устный опрос, защита рефератов, тестирование, защита исследовательской работы по разделам. Итоговая форма контроля – зачёт. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: туринформатика с основами рекламы, история туристской деятельности.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры
			10
Контактная работа преподавателей с обучающимися		6	6
Лекции		2	2
Практические занятия		4	4
Итоговая аттестация (зачет)		4	4
Самостоятельная работа		62	62
Общая трудоемкость	**часы**	72 час 2з.е.	

Дисциплину «Страноведение» - 2 зачётные единицы (72 час) студенты изучают на 5 курсе, в 10 семестре. Аудиторные занятия составляют 6 часов, из них 2 часа – лекции, 4 часа – практические занятия, самостоятельная работа студентов составляет 62 часа.

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

№ № тем	Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
			Лекции	Практические занятия	Самост. работа
Раздел I. Страноведение как наука. Основные компоненты туристских страноведческих характеристик					
1	Основные понятия и методология страноведения	4	2		2
2	Ресурсная составляющая туристской деятельности. Географическое положение в страноведении	2		2*	
3	Характеристика природы страны	2			2
4	Рельеф как условие развития туризма	2			2
5	Климат как условие развития туризма	4		2*	2
6	Воды как условие развития туризма. Воды Мирового океана. Воды суши	2			2
7	Природные зоны, растительность и животный мир	2			2
8	Особенности изучения и характеристики народов в страноведении. История как условие развития туризма	2			2
9	Культура страны как условие развития туризма	2			2
10	Религии территории как компонент художественной культуры	2			2
11	Традиции и народное творчество	2			2
12	Искусства территории. Архитектура. Изобразительное искусство. Музыка. Современное театральное искусство	2			2
13	Музейное дело	2			2
14	Политические условия развития туризма в стране	2			2

15	Экономика страны как условие развития туризма	2			2
16	Инфраструктурная составляющая туристской деятельности	2			2
Раздел II. География основных направлений туризма. Туристские характеристики отдельных стран					
1	Комплексные страноведческие характеристики как развернутое социальное и экономико-географическое описание стран	2			2
2	Скандинавские страны	2			2
3	Западная Европа	2			2
4	Южная Европа	2			2
5	Страны Восточной Европы	2			2
6	Юго-Западная Азия	2			2
7	Восточная Азия	2			2
8	Юго-Восточная Азия	2			2
9	Южная Азия	2			2
10	Государства СНГ	2			2
11	Северная Африка	2			2
12	Страны Центральной Африки	2			2
13	Государства Южной Африки	2			2
14	Государства Северной Америки	2			2
15	Государства Латинской Америки	2			2
16	Австралийский Союз	2			2
	Зачет	**4**			
Всего:		**72**	**2**	**4**	**62**

Примечание.* – данные занятия проводятся с использованием интерактивных форм обучения.

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (2 час)

Раздел I. Страноведение как наука. Основные компоненты туристских страноведческих характеристик (2 час)

Лекция 1. Основные понятия и методология страноведения (2 час)

Предмет и объект изучения страноведения в туризме, его цели и задачи. Методы страноведения. Понятийно-терминологический аппарат дисциплины: Описательно-познавательная и информационная функции.

Страноведение комплексное, проблемное, глобальное. Экологический и гуманистический принципы страноведения. Типы страноведения. Просветительское, мировоззренческое и практическое значение страноведения. Интегрирующее свойство страноведения в системе географических наук. Содержание страноведческого исследования. Особенности и методы изучения территории, экономико-географического положения, природных условий и ресурсов, расселения, хозяйства и их территориальных структур в страноведении.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о месте страноведения в системе гуманитарных и естественных дисциплин, специфику её объекта и предмета, основные разделы и историю формирования; умений использовать на практике методы современной науки, разбираться в современных школах, направлениях и теориях страноведения, извлекать, анализировать, систематизировать информацию из различных источников, управлять ею в системе организации туризма; на овладение навыками исследования на практике рынка туристских и рекреационных услуг, интересов и потребностей потребителей и формирование универсальной компетенции УК-5, профессиональной компетенции ПК- 9.

5.2.2 Содержание практических занятий (4 час.)

Раздел I. Страноведение как наука. Основные компоненты туристских страноведческих характеристик (4 час.)

Практическое занятие №1. Основные понятия и методология страноведения (2 час.)

План

1. Предмет и объект изучения страноведения в туризме, его цели и задачи.
2. Методы страноведения. Понятийно-терминологический аппарат дисциплины: Описательно-познавательная и информационная функции.
3. Страноведение комплексное, проблемное, глобальное.
4. Экологический и гуманистический принципы страноведения.
5. Типы страноведения. Просветительское, мировоззренческое и практическое значение страноведения.
6. Интегрирующее свойство страноведения в системе географических наук.
7. Содержание страноведческого исследования. Особенности и методы изучения территории, экономико-географического положения, природных условий и ресурсов, расселения, хозяйства и их территориальных структур в страноведении.

Форма контроля: устный опрос, письменная работа, презентация.

Литература: основная 1; дополнительная 1,2,3,4,5

Изучение темы направлено на приобретение знаний о месте страноведения в системе гуманитарных и естественных дисциплин, специфику её объекта и предмета, основные разделы и историю формирования; умений использовать на практике методы современной науки, разбираться в современных школах, направлениях и теориях страноведения, извлекать, анализировать, систематизировать информацию из различных источников, управлять ею в системе организации туризма; на овладение навыками исследования на практике рынка туристских и рекреационных услуг, интересов и потребностей потребителей и формирование универсальной компетенции УК-5, профессиональной компетенции ПК- 9.

Практическое занятие №2. Ресурсная составляющая туристской деятельности. Географическое положение в страноведении (2час.)

План

1. Содержание страноведческого исследования. Особенности и методы изучения территории, экономико-географического положения, природных условий и ресурсов, расселения, хозяйства и их территориальных структур в страноведении.
2. Современные пространственные структуры мира. Процессы пространственной дифференциации и интеграции. Глобальные пространственные структуры.
3. Типы и иерархия пространственных образований. Подходы к выделению крупных регионов мира. Факторы регионализма.
4. Географическое положение как условие развития туризма. План характеристики.
5. Примеры воздействия географического положения на развитие турбизнеса.

Форма контроля: устный опрос, письменная работа, презентация.
Литература: основная 1; дополнительная 1,2,3,4,5

Изучение темы направлено на приобретение знаний о содержании страноведческого исследования, о современных пространственных структурах мира и процессах пространственной дифференциации и интеграции; умений исследовать современные пространственные структуры мира, глобальные пространственные структуры; на овладение навыками использования на практике методов изучения территории, экономико-географического положения, природных условий и ресурсов, расселения, хозяйства и их территориальных структур рынка туристских и рекреационных услуг, интересов и потребностей потребителей и

формирование универсальной компетенции УК-5, профессиональной компетенции ПК- 9.

Практическое занятие №2. Климат как условие развития туризма (2 часа)

План

1. Климат - главный компонент природы, определяющий возможности развития туризма в любой стране. Климат и погода.
2. План характеристики климата: главные элементы, явления и показатели, характеризующие их по основным сезонам.
3. Качественная характеристика погоды, как среды обитания.
4. Оценка степени благоприятности климатических условий для туризма.
5. Разнообразие климатических условий - одна из главных причин разнообразия видов и направлений туризма в данной стране.

Форма контроля: устный опрос, письменная работа, презентация.
Литература: основная 1; дополнительная 1,2,3,4,5

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных условиях развития туризма; умений исследовать главные элементы, явления и показатели, характеризующие климат по основным сезонам; на овладение навыками оценки степени благоприятности климатических условий для туризма; исследования на практике рынка туристских и рекреационных услуг, интересов и потребностей потребителей и формирование универсальной компетенции УК-5, профессиональной компетенции ПК- 9.

6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Содержание работы Темы занятий	Количество часов	Виды контроля
Раздел I. Страноведение как наука. Основные компоненты туристских страноведческих характеристик (30 час)			
1	Основные понятия и методология страноведения **Литература:** основная 1;	2	Опрос, тестирование

	дополнительная 1,2,4,5		
2	Характеристика природы страны **Литература:** основная 1; дополнительная 3,4, 6, 7	2	Ответы на вопросы терминологический диктант
3	Рельеф как условие развития туризма **Литература:** основная 1; дополнительная 4,6	2	Ответы на вопросы терминологический диктант
4	Климат как условие развития туризма **Литература:** основная 1; дополнительная 1, 4,7	2	Защита реферата
5	Воды как условие развития туризма. Воды Мирового океана. Воды суши\ **Литература:** основная 1; дополнительная 2, 3, 7	2	Защита реферата подготовка презентации
6	Природные зоны, растительность и животный мир **Литература:** основная 1; дополнительная 3,4, 6, 7	2	Защита реферата подготовка презентации
7	Особенности изучения и характеристики народов в страноведении. История как условие развития туризма **Литература:** основная 1; дополнительная 2, 3, 4,7	2	Защита реферата подготовка презентации
8	Культура страны как условие развития туризма **Литература:** основная 1; дополнительная 3,5, 6, 7	2	Защита реферата подготовка презентации
9	Религии территории как компонент художественной культуры **Литература:** основная 1; дополнительная 3, 7	2	Защита реферата подготовка презентации
10	Традиции и народное творчество **Литература:** основная 1; дополнительная 2,3, 7	2	Защита реферата подготовка презентации

11	Искусства территории. Архитектура. Изобразительное искусство. Музыка. Современное театральное искусство **Литература:** основная 1; дополнительная 2, 3,5, 7	2	Опрос, защита реферата (проекта)
12	Музейное дело **Литература:** основная 1; дополнительная 3,5, 7	2	Конспектирование
13	Политические условия развития туризма в стране **Литература:** основная 1; дополнительная 1, 3,5, 7	2	Тестирование
14	Экономика страны как условие развития туризма **Литература:** основная 1; дополнительная 3, 6	2	Тестирование
15	Инфраструктурная составляющая туристской деятельности **Литература:** основная 1; дополнительная 2,3, 7	2	Письменный опрос
Раздел II. География основных направлений туризма. Туристские характеристики отдельных стран (32 час)			
17	Комплексные страноведческие характеристики как развернутое социальное и экономико-географическое описание стран **Литература:** основная 2,3 дополнительная 2,4,6	2	Конспект
18	Скандинавские страны **Литература:** основная 2,3; дополнительная 4 , 6, 7	2	Письменный опрос
19	Западная Европа **Литература:** основная 2,3 дополнительная 4 , 6, 7	2	Опрос терминологический диктант
20	Южная Европа **Литература:** основная 2,3 дополнительная1, 4,6	2	Ответы на вопросы
21	Страны Восточной Европы **Литература:** основная 2,3 дополнительная 4 , 6, 7	2	Письменный опрос

22	Юго-Западная Азия **Литература:** основная 2,3 дополнительная 4 , 6, 7	2	Защита реферата подготовка презентации
23	Восточная Азия **Литература:** основная 2,3 дополнительная 4 , 6, 7	2	Защита реферата подготовка презентации
24	Юго-Восточная Азия **Литература:** основная 2,3 дополнительная 2, 4,5,7	2	Защита реферата подготовка презентации
25	Южная Азия **Литература:** основная 2,3 дополнительная 2, 4,5,7	2	Конспект
26	Государства СНГ **Литература:** основная 2,3 дополнительная 4,6,7	2	Защита реферата подготовка презентации
27	Северная Африка **Литература:** основная 2,3 дополнительная 1, 2, 4,6	2	Опрос
28	Страны Центральной Африки **Литература:** основная 2,3 дополнительная 1,5,7.	2	Защита реферата подготовка презентации
29	Государства Южной Африки **Литература:** основная 2,3 дополнительная 1,5,7	2	Опрос
30	Государства Северной Америки **Литература:** основная: 2,3 дополнительная: 1,3,4, 5	2	Опрос, защита реферата (проекта)
31	Государства Латинской Америки **Литература:** основная: 2,3 дополнительная: 1,3,4, 5	2	Опрос, защита реферата (проекта)
32	Австралийский Союз **Литература:** основная 2,3 дополнительная 1,5	2	Опрос, защита реферата (проекта)
	Итого	**62 часа**	

Форма контроля: проверка записей в тетради и рефератов.

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной, аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы могут пользоваться УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты и словари терминов.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами.
2. Работа в научной библиотеке СГУС.
3. Работа с литературой в методическом кабинете кафедры ТиСО.

Виды самостоятельной работы студентов:

Подготовка к практическим занятиям выполняется регулярно, исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к экзамену.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат (сообщение, презентацию). В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы, представляемой студентам для самостоятельного изучения дисциплины, соответствует перечню основной и дополнительной литературы, представленной в разделах 8 и 9 данной рабочей программы.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	ПС 04.005 «Экскурсовод (гид) Разработка экскурсионных программ обслуживания С/02.5 Определение концепции и стратегии развития экскурсионной организации Е/01.7	**Знает *(пороговый уровень)*:** понятийный аппарат учебной дисциплины, план страноведческой характеристики территории в целом и отдельных ее компонентов, историю развития страноведения как науки, страноведческие особенности отдельных стран разных континентов **Умеет *(продвинутый уровень)*:** самостоятельно приобретать, усваивать и применять теоретические знания; анализировать основные события в сфере рекреации и туризма в нашей стране и за ее пределами; находить и использовать информацию, необходимую для ориентации в основных текущих проблемах практической деятельности в рекреации и туризме ***Имеет опыт (высокий уровень):*** Владеет методиками изучения отдельных компонентов территории в страноведении, методикой комплексной страноведческой характеристики территории; навыками анализа и прогнозирования географии основных туристских потоков и основных направлений туризма в ведущих государствах мира.
ПК-9 способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с целью успешной реализации рекреационно-оздоровительного, спортивного, туристского и фитнес	ПС 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» А/02.6 Организация досуговой деятельности учащихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы. А/05.6 Разработка программно-	***Знает (пороговый уровень):*** Знает физико-географические и социальные характеристики страны, имеющие непосредственное отношение к туристскому бизнесу ***Умеет (продвинутый уровень):*** характеризовать и анализировать преимущества и недостатки страноведческих особенностей объектов туризма конкурентоспособность фирмы ***Имеет опыт (высокий уровень):*** создания эффективных конкурентоспособных и экономически выгодных для организации продуктов

продукта;	методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы	для реализации в рекреационно-оздоровительной, спортивной и туристской деятельности

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

• ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Критерии оценки уровня развития компетенций

У студентов в рамках учебного курса, их соответствие по 4-х уровневой шкале

Критерии оценки компетенций	Традиционная (4-х уровневая) шкала оценки
«Отлично» – очень высокий уровень развития компетенций, отвечает всем требованиям ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	отлично
«Очень хорошо» – высокий уровень развития компетенций, отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	хорошо

«Хорошо» – уровень развития компетенций выше среднего, отвечает всем основным требованиям, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые из выполненных заданий, могут содержать ошибки	хорошо
«Удовлетворительно» – средний уровень развития компетенций, отвечает большинству основных требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не являются существенными, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, значительная часть заданий выполнены с ошибками	удовлетворительно
«Посредственно» уровень развития компетенций ниже среднего, не отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены, либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	удовлетворительно
«Неудовлетворительно» – низкий уровень развития компетенций, теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному.	Неудовлетво-рительно

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

В процессе изучения учебной дисциплины применяются следующие формы контроля:

Текущая аттестация (устный опрос, защита рефератов, тестирование, терминологический диктант, а также подготовка презентаций по темам дисциплины).

Промежуточный контроль контроль: собеседование по разделам, оценка контрольных работ, зачет по разделам.

Итоговая аттестация (зачет)

7.2.2. Тестовые задания по дисциплине

Раздел 1.

Тестовые задания:

1. Туристское страноведение осуществляет следующие функции:

а) просветительскую, информационную, развивающую, учебную
б) исследовательскую, научную, учебную
в) развивающую, политическую, историческую
г) культурную, социальную, религиозную

2. Географическое положение страны характеризуется:

а) положением страны относительно других государств
б) оценкой местности страны
в) взаимоотношением объекта с его внешней средой
г) общностью рельефа

3. Под географическим объектом понимается отношение данной страны к любым другим объектам, взятым вне ее территории и оказывающим влияние на возможности развития туризма

а) нет
б) да

4. Как связаны между собой комплексное и туристское страноведение

а) рассматривают общие взаимосвязи между целостной природой, хозяйством и населением
б) изучают те компоненты природы и пространственные различия, которые оказывают влияние на развитие туризма
в) имеют общий объект исследования и являются разделами одной области знания
г) определяют развитие хозяйства в целом

5. Рельеф – это …

а) обширные малоподвижные участки земной коры
б) совокупность всех неровностей земной поверхности
в) обширное поднятие с единым складчатым основанием
г) линейно вытянутые поднятия с четко выраженными склонами и гребнем

6. Состояние нижнего слоя атмосферы за длительный промежуток времени – это

а) погода
б) климат
в) давление
г) воздушные массы

7. Соответственно величине солнечной радиации различают 4 типа воздушных масс

а) экваториальная, тропическая, умеренная, арктическая
б) экваториальная, субтропическая, умеренная, арктическая
в) субэкваториальная, тропическая, умеренная, арктическая
г) экваториальная, тропическая, умеренная, субарктическая

8. Какой климат преобладает непосредственно на побережье

а) субэкваториальный
б) континентальный
в) тропический
г) морской (океанический)

9. Явление, когда с высотой температура воздуха повышается, называется

а) амплитудой температур
б) амплитудой колебаний
в) годовым ходом температур
г) температурной инверсией

10. Количество выпадающих осадков зависит от

а) влажности воздуха
б) атмосферного давления
в) температуры воздуха
г) направления ветра

11. Линии, соединяющие точки с одинаковыми температурами, называются:

а)изолиниями
б)изотермами
в) изобарами
г) изоволнами

12. Ветер, возникающий в результате разницы давления между сушей и океаном, - это

а) пассат
б) муссон
в) тайфун
г) ураган

13. К элементам погоды относятся

а) климат, циклоны, температура
б) влажность воздуха, давление, климат
в) температура, влажность воздуха, атмосферное давление
г) циклон, атмосферное давление, климат

14. Территория, расположенная вдоль атмосферного фронта,

а) неблагоприятна для туризма
б) способствует развитию туризма
в) не влияет на развитие туризма

15. Воды Земли включают

а) воды Мирового океана
б) воды суши
в) множество заливов и проливов
г) воды Мирового океана и воды суши

16. Что влияет на развитие различных видов водного туризма

а) полноводность рек
б) маловодность рек
в) падение реки
г) уклон реки

17. Наибольшую ценность для туризма представляют

а) грунтовые воды
б) артезианские воды
в) напорные воды
г) ненапорные воды

18. В зависимости от способа образования и состава грязи делятся на следующее количество типов

а) два

б) четыре

в) пять

г) три

19. Характеристика любой природной зоны в туристском страноведении включает в себя

а) характеристику флоры

б) характеристику фауны

в) характеристику флоры и фауны

г) группу живых организмов

20. Какой из элементов характеристики населения имеет более значительное воздействие на турбизнес

а) тип воспроизводства населения

б) численность населения

в) половой состав населения

г) плотность населения

21. Какие из основных блоков имеют наибольшее значение в туристской инфраструктуре

а) транспортная система

б) индустрия гостеприимства

в) общественное питание

г) все вышеперечисленные

22. К числу важнейших социально-экономических явлений современности, оказывающих большое влияние на туризм относится

а) миграция

б) кочевничество

в) урбанизация

г) расселение

23. Важное условие, определяющее уровень жизни и социально- экономическое развития населения

а) половой состав населения

б) структура занятости населения

в) «качество» населения

г) естественный прирост населения

24. Факторы, влияющие на размещение населения

а) природные, исторические, политические

б) политические, исторические, экономические

в) социальные, природные, исторические

г) природные, исторические, экономические

25. **Наиболее значительным потенциалом турбизнеса являются**

а) сельские населенные пункты

б) хутора

в) поселки

г) крупные города

26. К сложным групповым формам расселения относятся

а) агломерации, мегаполисы, субурбанизированные пригородные зоны

б) агломерации, мегаполисы

в) мегаполисы, субурбанизированные пригородные зоны

г) агломерации, субурбанизированные пригородные зоны

27. По способу реализации в настоящее время преобладают

а) внешние миграции

б) внутренние миграции

в) добровольные миграции

г) временные миграции

28. **Составной частью характеристики народонаселения является**

а) характеристика этносов, племени, народности

б) характеристика народов, рас, конфессий

в) характеристика наций, народов , рас

г) характеристика этносов, племени, рас

29. **Главным признаком этноса в современном мире, по мнению большинства ученых, является**

а) цвет кожи

б) язык

в) особенности волосяного покрова

г) строение лицевой части головы

30. Историческая характеристика в страноведении составляется с помощью хронологии

а) да

б) нет

31. **На сколько уровней разворачивается написание исторического раздела в туристской характеристике**

а) один

б) два

в) три

г) четыре

32. **К какому типу исторической характеристики относится «мемориальная история»**

а) история государства

б) история народов

в) история знаменательных событий

г) история в лицах

33. Какие типы исторического повествования используются в туристском историческом страноведении

а) очерк и эскиз

б) повесть и картина

в) рассказ и картина

г) рассказ и эскиз

34. Что наряду с природой является важнейшим условием, определяющим развитие всех без исключения видов и направлений туризма

а) культура

б) история

в) этнос

г) язык

35. Какая из областей культуры представляет главный интерес для туризма

а) художественная культура

б) религия

в) экономика

г) обычаи

36. Назовите основные типы художественной культуры

а) этнический, национальный, традиционный

б) исторический, этнический, традиционный

в) архаический, традиционный, национальный, современный

г) традиционный, национальный, современный

37. Совокупность всех слов, образов представлений и понятий данного народа, служащая для передачи мыслей – это

а) этнос

б) язык

в) миф

г) все варианты верны

38. Религия – это…

а) особое отношение человека к высшему Существу или высшим силам, которым он поклоняется; это поклонение предполагает несомненную для верующего сознания реальность того высшего существа или высших сил, которые он чтит, а также веру и вероучение

б) мировоззрение и мироощущение, а также соответствующее поведение и специфические действия, основанные на вере в существование Бога или богов, сверхъестественного.

в) оба варианта верны

г) оба варианта неверны

39. Какие понятия объединят в себе «церковь»

а) вера, вероучение, храм

б) вера, культ, храм

в) вероучение, вера, культ

г) вероучение, культ, храм

40. **Какой религии НЕ присущ монотеизм**

а) иудаизму

б) даосизму

в) христианству

г) исламу

41. Мировыми религиями называются

а) универсальные религии

б) национальные религии

в) этнические религии

г) нетрадиционные религии

42. Искусство – это…

а) отрасль человеческой деятельности, стремящаяся к удовлетворению одной из духовных потребностей человека – любви к прекрасному

б) особая форма общественного сознания, представляющая собой художественное (образное) отражение жизни

в) совокупный способ и продукт художественной деятельности людей

г) верно только А и Б

д) все варианты верны

43. **В «Энциклопедическом словаре» Брокгауза и Эфрона искусство подразделяется на три группы**

а) тонические, пластические, смешанные

б) тонические, образные, смешанные

в) пластические, временные, образные

г) образные, смешанные, временные

44. **Три основных проблемы: художественная задача, техническая задача, идеологическая задача стоят перед**

а) культурными ценностями

б) художественным каноном

в) художественным стилем

г) художественным направлением

45. **Многочисленные церкви, храмы, монастыри, часовни относят к**

а) объектам светского назначения

б) объектам культового назначения

в) археологическим сооружениям

г) монументальным сооружениям

46. Явления и события в мире искусства…

а) имеют огромное значение для туризма

б) не влияют на туризм

в) способствуют подавлению туризма

г) нет верного варианта

47. Выраженный в социально-организованных стереотипах групповой опыт, который путем пространственно-временной трансмиссии аккумулируется и воспроизводится в различных человеческих коллективах – это…

а) традиция

б) обычай

в) обряд

г) ритуал

48. Сколько видов традиций различают

а) два

б) три

в) четыре

г) пять

49. Главное свойство народного (традиционного) творчества

а) оригинальность

б) символичность

в) образность

г) коллективность

50. Массовая культура – это…

а) это продукция, находящая отзвук в сознании и душах миллионов людей, способная создавать положительные и отрицательные эмоции, вызывать духовное и эстетическое сопереживание и наслаждение

б) результат формирования общенациональных культур

в) порождение рыночной экономики

г) все варианты верны

51. Преобладающая часть стран на политической карте мира относится к…

а) демократическим государствам

б) авторитарным государствам

в) тоталитарным государствам

г) нет верного ответа

52. Под государственной политикой в сфере туризма подразумевается регулирование туристской деятельности с помощью национального права

а) да

б) нет

53. **В основной базовый блок экономических условий развития туризма в любой стране входят**

а) индустрия здравоохранения и индустрия спорта

б) индустрия развлечений и индустрия досуга

в) индустрия досуга и индустрия образования

г) индустрия спорта и индустрия досуга

54. **Сфера услуг включает**

а) блок информационно-технологических отраслей экономики: финансы, маркетинг, рекламу, страховое дело, гостеприимство, туризм и пр.

б) коммунальные, бытовые, ремонтные и прочие службы

в) оба варианта верны

г) оба варианта неверны

55. **Какие из основных блоков имеют наибольшее значении в туристской инфраструктуре**

а) транспортная система

б) индустрия гостеприимства

в) общественное питание

г) все выше перечисленные

56. **Что входит в состав государства**

а) собственно участок суши, воды (внутренние и территориальные), находящееся над ними воздушное пространство

б) все острова, расположенные в пределах территориальных вод, и все острова и архипелаги, расположенные вне территориальных вод, но юридически находящиеся под суверенитетом этого государства.

в) оба варианта верны

г) оба варианта неверны

Раздел 2
Тест 1

(Тест содержит 10 вопросов и несколько вариантов ответов, из которых правильным может быть один или несколько).

1.Уровень преобразования изначального пространства в процессе рекреационной деятельности.

1. туристская освоенность
2. рекреационная освоенность
3. туристическая освоенность
4. не рекреационная освоенность

2.Суточный, недельный, квартальный, годовой и жизненный это

1. циклы рекреации
2. циклы туризма
3. циклы спорта
4. циклы курортологии

2. К культурным рекреационным ресурсам не относятся

1. памятники
2. музеи
3. солнечное затмение
4. археологические комплексы

3.Форма организации рекреационной деятельности на определенной территории, в рамках которой достигается максимальная взаимосвязь, пространственная и функциональная координация различных подсистем, участвующих в реализации рекреационной функции данной территории

1. территориальная рекреационная система
2. организационная рекреационная система
3. функциональная рекреационная система
4. экстенсивная рекреационная система

4.Человек, использующий рекреационные ресурсы с целью оздоровления организма

1. раритет
2. реципиент
3. рекреант
4. пациент

5.Разнообразная деятельность людей, ориентированная на восстановление собственных сил в соответствии со стандартами своего социо-культурного образования это

1. психологическая деятельность
2. стимулирующая деятельность
3. физиологическая деятельность
4. рекреационная деятельность

6.**К природным рекреационным ресурсам не относятся**

1. **реки**
2. горы
3. архитектура
4. моря

7.**Курс рекреалогии в вузах преподается с**

1. 1974 г.
2. 1900 г.
3. 1890 г.
4. 2006 г.

8.Цикл жизненного отдыха в рекреалогии охватывает

1. 50-55 лет
2. 1-2 года
3. 10-15 лет
4. 70-90 лет

9.Приватизированное пространство, хорошо освоенное человеком в рекреалогии это

1. Неизвестное пространство
2. Место
3. Периферия
4. Свое пространство

10.Любая деятельность или бездеятельность, направленная на восстановление сил человека, которая может осуществляться как на территории постоянного проживания человека, так и за ее пределами это

1. отдых
2. стимул

3. приработок
4. работа

Тест 2

(Тест содержат 20 вопросов и четыре варианта ответа, из которых правильным может быть один)

1.Страна-лидер по международным туристским прибытиям

a. Суринам
b. Франция
c. Куба
d. Россия

2.Страна - лидер выездного туризма

a. Канада
b. Россия
c. Италия
d. Германия

3.Страна - лидер въездного туризма

a. Китай
b. Мексика
c. Россия
d. Чехия

4.Количество средств размещения Центрального туристско-рекреационного района РФ, составляет

a. 730
b. 590
c. 100
d. 950

5.Туристско-рекреационнный анклав России

a. Приморский край
b. Вологодская область
c. Калининградская область
d. Краснодарский край

6. В состав Центрального туристско-рекреационного района входят

a. Смоленская область
b. Воронежская область
c. Курская область
d. Архангельская область

7. В состав Центрально-Черноземного туристско-рекреационного района входят

a. Ленинградская область
b. Новгородская область
c. Псковская область
d. Липецкая область

8. В состав Северного туристско-рекреационного района входят

a. Самарская область
b. Мурманская область
c. Свердловская
d. Республика Адыгея

9. В состав Южного туристско-рекреационного района входят

a. Краснодарский край
b. Красноярский край
c. Иркутская область

d. Читинская область

10. В состав Уральского туристско-рекреационного района входят

a. Саратовская область
b. Самарская область
c. Пензенская область
d. Пермская область

11. В состав Западно-Сибирского туристско-рекреационного района входят

a. Алтайский край
b. Костромская область
c. Орловская область
d. Астраханская область

12. В состав Восточно-Сибирского туристско-рекреационного района входят

a. Краснодарский край
b. Республика Бурятия
c. Псковская область
d. Орловская область

13. В состав Дальневосточного туристско-рекреационного района входят

a. Сахалинская область
b. Ульяновская
c. Республика Татарстан
d. Тульская область

14. Основными туристскими объектами и видами отдыха Южного региона являются

a. Москва, объекты Подмосковья, старинные города Золотого Кольца, пансионаты и дома отдыха на реках и озерах
b. Озера Карелии, Валаам, Кижи, Соловецкие острова, поморские города, поселки Архангельской области
c. Курорты Черноморского побережья, санатории и дома отдыха Северного Кавказа, горнолыжный и горный туризм
d. Курортные зоны Жигулей, волжские санатории и дома отдыха Самарской и Саратовской областей, круизы по средней и верхней Волге, Каме

15. Основными туристскими объектами и видами отдыха Центрального региона являются

a. Кижи, Соловецкие острова, поморские города, поселки Архангельской области
b. Горнолыжный и горный туризм
c. Дома отдыха в Красноярских столбах, на Енисее и Ангаре
d. Старинные города Золотого Кольца, пансионаты и дома отдыха на реках и озерах

16. Основными туристскими объектами и видами отдыха Северного района являются

a. Курорт Белокуриха, пансионаты и дома отдыха на берегах рек, озер и водохранилищ
b. Озера Карелии, Валаам, Кижи, Соловецкие острова, поморские города, поселки Архангельской области
c. Горный и экстремальный туризм в Саянах
d. Пансионаты и дома отдыха в Красноярских столбах, на Енисее и Ангаре

17. Основными туристскими объектами и видами отдыха Дальне-Восточного региона являются

a. Пансионаты и здравницы на берегу Тихого океана, горный и экзотический туризм на Камчатке, Сахалине, экстремальные маршруты по Уссурийской тайге
b. Старинные города Новгород и Псков, Ладожское, Ильменское и Онежское озера
c. Санатории горного и полярного Урала Свердловской и Челябинской областей
d. Лесные и речные пансионаты Республики Башкортостан

18. Основными туристскими объектами и видами отдыха являются

a. Курортные зоны Жигулей

b. Озера Карелии
c. Телецкое озеро
d. Дома отдыха в Красноярских столбах

19. Индустрия туризма состоит

a. Индустрии промышленности
b. Индустрии гостеприимства
c. Индустрии АПК
d. Индустрии экономики

20.Потребители туруслуг

a. Туроператоры
b. Гостиницы
c. Рестораны
d. Транспорт

7.2.3. Вопросы к зачету

1. Предмет и объект изучения страноведения в туризме.
2. Цели и задачи страноведения в туризме.
3. Описательная и информационная функции страноведения.
4. Особенности понятия географического положения в туризме.
5. План характеристики географического положения территории.
6. План характеристики природы страны.
7. Страноведческая сущность природы как условия развития туризма.
8. Влияние природных условий на туризм.
9. Взаимосвязь понятий «природа – народонаселение – хозяйство – история – культура - окружающая среда».
10. Основные формы рельефа страны.
11. Оценка основных форм рельефа как условий развития туризма.
12. План характеристики климата территории.
13. Оценка степени благоприятности климатических условий для туризма.
14. План характеристики вод.
15. Роль вод страны в развитии туризма.
16. Понятие о природной зоне. План характеристики природной зоны.
17. Характеристика растительного и животного мира как условие развития туризма.
18. Особенности понятия «народонаселение» в страноведении.
19. Население как условие развития туризма.
20. Своеобразие исторических туристских характеристик в страноведении.
21. Роль исторического наследия в развитии туризма.
22. Особенности хозяйства и туризм. Отрасли хозяйства, связанные с туризмом.
23. Туристская инфраструктура: транспорт, сферы гостеприимства и питания.
24. Окружающая среда как совокупность условий для развития туризма.
25. Значение туризма в развитии экономики.

26. Оценка направлений и видов туризма, связанных со спецификой продукции, производимой в стране.
27. Язык как условие развития туризма.
28. Религия как условие развития туризма.
29. Понятие традиции в страноведении. Оценка традиций как условие развития туризма.
30. Понятие о народном творчестве. Оценка народного творчества как условия развития туризма.
31. Понятие искусства территории. Искусство как главное условие развития туризма.
32. Общественно-политическое устройство и туризм. Государственная политика в сфере туризма.
33. Какую роль играет международный туризм в Европе?
34. Туристско-рекреационный потенциал Восточноевропейской зоны
35. Страноведческая характеристика Североевропейской туристско-рекреационной зоны.
36. Страноведческая характеристика Западноевропейской туристско-рекреационной зоны.
37. Туристско-рекреационный потенциал Германии.
38. Туристско-рекреационный потенциал Франции.
39. Туристско-рекреационный потенциал Турции, Кипра.
40. Туристско-рекреационный потенциал Арабских стран Юго-западной Азии (Ливан, Сирия, ОАЭ).
41. Туристско-рекреационный потенциал Китая и Монголии.
42. Туристско-рекреационный потенциал США.
43. Туристско-рекреационный потенциал Мексики и Бразилии.
44. Современное состояние международного туризма в Африке.
45. Основные туристские центры и курорты Австралии.
46. Туристско-рекреационный потенциал Японии и Кореи.
47. Дать характеристику географии туризма в Российской Федерации.
48. Дать характеристику рекреационным и бальнеологическим ресурсам Черноморско-Кавказского региона.
49. Страноведческая характеристика Большого Сочи.
50. Каковы причины популярности Алтая у туристов из различны х стран?
51. Туристско-рекреационный потенциал Абхазии.
52. Туристско-рекреационный потенциал Крымского района.

8. Перечень литературы

1. Косолапов, А.Б. Туристское страноведение: Европа и Азия [Электронный ресурс]: учебное пособие / А.Б. Косолапов. — М.:

КноРус, 2017. — 394 с. Режим доступа: https://www.book.ru/book/919631
2. Лукьянова, Н.С. География туризма: туристские регионы мира и России. Практикум: учебное пособие / Н.С. Лукьянова [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2019. – 288 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/930541
3. География туризма: учебное пособие / М.В. Асташкина, О.Н. Козырева, А.С. Кусков, А.А. Санинская. – М.: ИНФРА-М, 2011. – 26 экз.
4. География туризма : учеб. пособие / М.В. Асташкина [и др.]. - Москва : Альфа-М : Юрид. лит., 2011. - 431 с. : ил. 26 экз.
5. Косолапов, А.Б. Организация туристской деятельности: учебник / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2018. — 304 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/924108
6. Котлярова, О.В. География туризма и отдыха туризма [Электронный ресурс]: монография / О.В. Котлярова. — М. : Русайнс, 2017. — 208 с. . — Режим доступа: https://www.book.ru/book/927906
7. Рябова, И.А. Экономика и организация туризма: международный туризм [Электронный ресурс]: учебное пособие / И.А. Рябова, Ю.В. Забаев, Е.Л. Драчева и др. – М.: КноРус, 2016. – 565 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/918096
8. Тархов, С.А. География: учебник / С.А. Тархов, Е.В. Середина, Л.В. Королева; под ред. Е.В. Серединой; Российская международная академия туризма. - М.: Советский спорт, 2008. – 344с. – 10 экз.
9. Храбовченко, В.В. Экологический туризм: учебно-методическое пособие.- М.: Финансы и статистика, 2007.- 208 с. – 10экз.
10. Саранча, М. А. Туристское страноведение : учебник / М. А. Саранча. — Москва : КноРус, 2026. — 445 с. — ISBN 978-5-406-16050-3. — URL: https://book.ru/book/962184

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1.Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система «Руконт» [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://lib.rucont.ru/
2. Электронно-библиотечная система «BOOK.ru» [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.book.ru/
3. Электронная библиотека научных публикаций – eLIBRARY.RU (http://elibrary.ru)

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Ассоциация содействия туристским технологиям – объединение специалистов в области туризма и технологий, подборка журнала «ТУТ туристские технологии» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.astt.ru/
2. Все о туризме – современная туристическая библиотека. – режим доступа: http//tourlib.net
3. Все страны мира. – Режим доступа: http//stranymira/com
4. Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.edu.ru
5. Ассоциация содействия туристским технологиям – объединение специалистов в области туризма и технологий, подборка журнала «ТУТ туристские технологии» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.astt.ru/
6. Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.edu.ru
7. Национальный туристический портал: Вниманию туристов, путешествующих железнодорожным транспортом [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.russiatourism.ru/upload/iblock/ b6a/200x200-FPC.pdf
8. Сайт Всемирной туристской организации. – Режим доступа: http://www.world-tourism.org. Национальный туристический портал: Вниманию туристов, путешествующих железнодорожным транспортом [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.russiatourism.ru/upload/iblock/ b6a/200x200-FPC.pdf
9. Сайт Всемирной туристской организации. – Режим доступа: http://www.world-tourism.org.
10. Сайт Федерального агентства по туризму. – Режим доступа: http://www.russiatourism.ru/.
11. Сайт Российского союза туриндустрии. – Режим доступа: http://www.rostourunion.ru/.
12. Сайт Ассоциации туроператоров России. – Режим доступа: http://www.ator.ru.
13. Сайт Федерального агентства по туризму. – Режим доступа: http://www.russiatourism.ru/.
14. Сайт Российского союза туриндустрии. – Режим доступа: http://www.rostourunion.ru/.

Сайт Ассоциации туроператоров России. – Режим доступа: http://www.ator.ru

10.Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Оценивание текущей успеваемости осуществляется посредством оценки устного ответа на практических занятиях или собеседовании (ответа на вопрос задания, выступления с докладом, решения комплексного ситуационного задания), письменных ответов при написании терминологических диктантов, контрольных работ, тестов, рефератов, эссе.
Процедура оценивания на зачете производится в форме устного ответа на вопросы по дисциплине. По результатам итогового оценивания знаний, умений и навыков студент получает балл от 2 до 5.

В процессе текущего контроля оценивается работа студентов на практических занятиях и подготовленные студентами рефераты, доклады, презентации, эссе. Текущая аттестация осуществляется в непосредственной включенности слушателей в контекст учебного процесса: обратная связь в формах диалога, ответов на вопросы, участия в создании и разрешении проблемных ситуаций, включенность в группе.

Практические занятия позволяют проверить степень усвоения материала, умение, анализировать конкретные ситуации, работать с текстами: оценивать, анализировать, интерпретировать, комментировать, давать рекомендации.

Самостоятельная работа студентов включает в себя изучение теоретического материала по дисциплине с использованием конспектов лекций, учебных пособий и дополнительной литературы; подготовку докладов и презентаций; подготовку к круглому столу; написание эссе, итогового реферата.

Доклад по теме семинара представляет собой сообщение на 10-15 минут, изложенное устно (с использованием плана). Доклады могут быть представлены в форме презентаций, с использованием видео- и аудиоматериалов.

Итоговый реферат представляет собой самостоятельное исследование обучающимися выбранной темы. Реферат включает в себя план, основную часть, список литературы.

Методические рекомендации по организации и проведению практических занятий

1.Общие организационно-методические указания

Практические занятия проводятся по наиболее сложным вопросам (темам, разделам) учебной программы и имеют целью углубленное изучение учебной дисциплины, привитие обучающимся навыков самостоятельного поиска и анализа учебной информации, формирование и развитие у них научного мышления, умения активно участвовать в творческой дискуссии, делать правильные выводы, аргументировано излагать и отстаивать свое мнение.

Занятие проводится в реферативно-докладной и вопросно-ответной форме. В ходе занятия создаются игровые дискуссии с целью творческого

обсуждения поставленных вопросов. Добровольные выступления студентов сочетаются с вызовом отдельных из них по усмотрению преподавателя.

Подготовка преподавателя к практическому занятию включает разработку плана занятия и задания студентам на подготовку к нему. Задание на подготовку к практическому занятию должно выдаваться студентам не позднее, чем за неделю до его проведения. Задание на подготовку реферата выдается не менее, чем за 2 недели.

Перед началом обсуждения вопросов заслушивается реферат (доклад), который по указанию преподавателя готовит один из студентов. Тема реферата вынесена в отдельный вопрос, который обсуждается на занятии в случае наличия желающего его подготовить. Подготовка реферата (доклада) предполагает его оформление в письменном виде. Тема реферата носит обзорный характер и требует от докладчика высокой степени творческой инициативы. Оценка реферата объявляется в конце занятия с учетом эффективности работы докладчика в ходе обсуждения других вопросов практического занятия. Объем реферата должен соответствовать не менее 4-5 машинописным листам с интервалом между строками 1,5 печатных знака (12-15 мин).

Занятие проводится в форме широкой дискуссии, творческого обсуждения реферата (доклада) и поставленных вопросов. Руководитель должен умело направлять обсуждение вопросов, нацеливать студентов на более глубокое раскрытие содержания обсуждаемых проблем.

Допущенные в ходе дискуссии ошибки (неточности) студентов не должны оставаться без внимания. Необходимо добиваться, чтобы сами студенты их выявляли и устраняли.

Преподавателю необходимо знать конкретную аудиторию (психологический климат в коллективе, уровень успеваемости и общей подготовки по специальности, наличие формальных и неформальных лидеров и т.д.), а также быть готовым к тому, что студенты могут задать вопросы не по теме занятия (в том числе отвлекающие вопросы).

Вопросы делятся на основные и дополнительные. К основным можно отнести вопрос 1 и его подвопросы, на них отводится большее время.

Преподаватель обязан всемерно активизировать дискуссию по обсуждаемым вопросам. Для этого могут назначаться официальные оппоненты из числа студентов.

Рефератно-докладная и вопросно-ответная форма проведения практического занятия не исключает элементы игры, например, игровые дискуссии. В этом плане заслуживает внимания решение тестовых заданий, рассмотрение в ходе занятия конкретных ситуаций будущей профессиональной деятельности.

Активизации обсуждения способствует постановка проблемных вопросов.

Главная задача руководителя в ходе занятия - создание атмосферы творческой активности всех студентов учебной группы, предоставление

возможности каждому из них свободно высказывать свои взгляды, ненавязчиво включать в творческую дискуссию всех или большую часть студентов группы, тактично, путем уточнений и небольших подсказок добиваться аргументированных обоснований самими студентами выводов по обсуждаемым вопросам. Особенно важно не подавлять инициативу студентов, побуждать их выступать с добавлениями и уточнениями по ходу обсуждения вопросов.

Для обеспечения необходимой динамичности занятия следует ограничивать выступления студентов 4-5 минутами, а добавления и уточнения 2-3 минутами.

Искусство управления занятием включает также постоянный контроль за временем и правильным его распределением по обсуждаемым вопросам.

2. Методические рекомендации по вводной части (вступительному слову)

Проведение занятия должно начинаться вступительным словом руководителя, который напоминает тему, содержание занятия, его основные цели, значение рассматриваемых вопросов для профессиональной подготовки студентов. Отдельные вопросы базируются на знаниях, полученных студентами в предшествующих учебных дисциплинах. Ряд вопросов требует от студентов самостоятельной работы по их изучению согласно перечню рекомендованной литературы.

Поэтому одна из целей практического занятия - обобщение и конкретизация знаний.

3. Методические рекомендации по заключительной части (подведению итогов).

В конце обсуждения каждого вопроса или в конце всего занятия руководитель подводит итоги обсуждения, уточняет отдельные положения, недостаточно раскрытые в ходе занятия, отмечает положительные стороны и недостатки в выступлениях каждого студента, дает оценку по 4-х бальной системе каждому участнику занятия и выставляет эти оценки в журнал учета занятий.

4. Оценка письменных работ.

Письменная работа является индивидуальной для каждого студента, состоит из двух вопросов по приведенной ниже тематике. Письменная работа может проводится в качестве контрольной работы на практическом занятии в течение одного академического часа с разбором результатов на следующем занятии и с выставлением оценки в журнале учета занятий.

Кроме того, письменная работа является важной формой самостоятельного изучения конкретных проблем учебной дисциплины и отчётности по ней. Она имеет целью углубить, систематизировать и закрепить полученные студентом теоретические знания в области культурологии, совершенствовать навыки применения теоретических знаний при анализе общественных явлений.

Написание работы позволяет закрепить приобретаемые студентами умения поиска необходимой информации, быстрой ориентации в современной классификации источников. Эта работа инициирует стремление к повышению скорости чтения, выработке адекватного понимания прочитанного, выделение главного и его фиксации – составлению конспекта.

Письменная работа не только углубляет и расширяет уровень подготовки студентов, но и прививает им вкус, навыки научного исследования и самостоятельного письменного изложения теоретических вопросов и обобщения реальных фактов.

Подготовка такой работы имеет и большое воспитательное значение. Она способствует формированию у студентов научного мировоззрения, методологической дисциплины мышления и практического действия. Эта работа также оценивается и оценки выставляются в журнале учета занятий.

5. Оценка самостоятельной работы студентов (СРС).

Самостоятельная работа студентов предусмотрена программой для всех форм обучения и организуется в соответствии с требованиями соответствующего раздела УМК**.** Контроль выполнения заданий на СРС осуществляется преподавателем на каждом практическом занятии. Итоговая оценка СРС по пятибалльной системе выставляется в журнале учебных занятий и учитывается при аттестации студентов по дисциплине в период зачетно-экзаменационной сессии.

6. Тестирование по результатам

Тестирование в процессе и по результатам изучения тем ставит целью оценить уровень освоения студентами дисциплины в целом, либо её отдельных тем, а также знаний и умений, предусмотренных компетенциями. Тестирование проводится для студентов всех форм обучения в письменной либо компьютерной форме. Соответственно тестовые задания могут быть либо на бумажных носителях, либо в компьютерной программе. Сама процедура тестирования занимает часть учебного занятия (20 - 30 минут). И При проведении текущего контроля знаний студентов на семинарах и практических занятиях тесты и практические задания предлагаются студентам по одной изучаемой теме. При итоговом контроле – тестовые задания предлагаются по всем темам курса.

По результатам текущего контроля методом тестирования преподавателем в журнале учета занятий каждому студенту выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено».

При итоговом контроле – соответствующая оценка (от 2 до 5 баллов) выставляется в зачетную ведомость и в зачетную книжку.

Оценочные фонды для тестирования приведены в пункте Приложение. Преподаватель вправе дополнить перечень приведенных тестов.

7. Зачет

Зачет проводятся в период зачетной сессии. Расписание зачетов, утвержденное проректором по учебной работе, доводится до студентов не

позднее, чем за месяц до начала сессии. Форма проведения зачета (устный, либо методом тестирования) определяется в деканате по представлению заведующего кафедрой.

К зачету допускаются студенты, выполнившие все требования учебной программы (выполнившие с положительными оценками все виды контроля, предусмотренные графиком учебных заданий).

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения лекционных и практических занятий должны быть оснащены специализированной мебелью.

1. Аудиторный фонд

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint

			Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

12. Лицензионное программное обеспечение

Необходимые технические средства обучения при реализации данной дисциплины включают: а) мультимедийную приставку к ПК; б) слайдпроектор; в) переносной экран; г) библиотечный фонд специальной учебной и научно-методической литературы, а также лицензионное программное обеспечение, представленное в таблице 12.

Таблица 12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс»	16.08.2016	Интернет-браузер

	https://yandex.ru/legal/browser_agreement/		
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»
Ответственный за ОПОП
«Основной профессиональной образовательной программы» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ В ТУРИСТСКОМ ПОХОДЕ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 4
Семестр – 7
Итоговая форма контроля – зачет (7 семестр)

Рабочую программу разработала:
Матвеева А.В., к.п.н., ст. преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта . 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объём дисциплины и виды учебной работы 5
5. Содержание дисциплины 5
5.1 Количество часов по видам занятий 5
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 6
5.2.1 Содержание лекционных занятий ……6
5.2.2 Содержание семинарских занятий 6
6. Самостоятельная работа студентов 7
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 8
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 8
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 9
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 9
7.2.2 Вопросы к зачёту 12
7.2.3 Тестовые задания 13
8. Перечень основной и дополнительной литературы 13
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 16
9.1 Электронные библиотечные системы 16
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 16
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 18
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 222
12. Лицензионное программное обеспечение…….23

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм» утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 943 от 19.09.2017 г., с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-3 – способен осуществлять учебно-тренировочный процесс на различных этапах подготовки;

ПК-6 – способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание.

	Соотнесённые профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания		
знать понятийный аппарат учебной дисциплины;		ПК-3, ПК-6.
правильность подбора продуктов и организацию питание в различных походах;		ПК-3, ПК-6.
организацию питания в походах различной сложности; нормы закладки основных продуктов в походе;		ПК-3, ПК-6.
требования к разнообразию питания в походе и к весу продуктов;		ПК-3, ПК-6.
значение правильного питания в походе; правила составления походного меню, списка продуктов.		ПК-3, ПК-6.
Умения		
организовать привалы и ночлеги в походе, учитывая продолжительность похода в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.);		ПК-3, ПК-6.
подбирать продукты и организовывать питание в		ПК-3, ПК-6.

пути, с учетом энергозатрат, составлять примерное походное меню и делать закладку продуктов питания.		
Навыки и /или опыт деятельности		
овладеть навыками практической разработки питания в походных условиях;		ПК-3, ПК-6.
разрабатывать и проводить мероприятий по спортивно-оздоровительному туризму;		ПК-3, ПК-6.
решать образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи в процессе проведения походов, планировать и проводить мероприятия с различным контингентом людей в походных условиях.		ПК-3, ПК-6.

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к Блоку 1 вариативной части дисциплин по выбору образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации зачёт на 7 семестре. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: спортивно-оздоровительный туризм, базовые виды физической культуры.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Всего часов	Семестр
Контактная работа преподавателя со студентами	6	7
Лекции	2	7
Практические занятия	4	7
Аттестация – зачёт	4	7
Самостоятельная работа	62	7
Общая трудоёмкость часы	72	7
Зачетные единицы	2	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа
1	Энергозатраты в походе и их восполнение.	22	2	-	20

2	Организация питания в походах различной сложности.	22	-	2	20
3	Закладка продуктов и составление меню.	24	-	2	22
	Итоговая аттестация	4			
	Всего часов	72	2	4	62

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Лекция 1 (2 часа). Энергозатраты в походе и их восполнение. Правильность подбора продуктов и организация питание в пути, с учетом энергозатрат**.** Значение правильной организации питания в походе. Оценка энергозатрат. Назначение питания.

Изучение темы направлено на формирование профессиональных компетенций ПК-3, ПК-6.

5.2.2 Содержание семинарских занятий

Занятия 1 (2 часа). Организация питания в походах различной сложности. Привалы и ночлеги в походе: продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.). Организация и планирование долговременного (базового) лагеря, кратковременного бивака для туристской группы в походных условиях, аварийного (в том числе индивидуального) бивака. Типы костров и их назначение: шалаш, колодец, таежный костер, финская свеча, нодья, камин, пирамида, звезда. Правила разведения костров.

Изучение темы направлено на формирование профессиональных компетенций ПК-3, ПК-6.

Занятия 2 (2 часа). Значение правильной организации питания в походе. Рациональное питание в условиях похода. Существующие режимы питания. Питьевой режим. Возможность пополнения пищевых запасов в пути, том числе охотой, рыбной ловлей, сбором дикорастущих растений. Особенности составления походного меню. Список продуктов, непригодных для использования в походных условиях. Сублимированные продукты. Учет продуктов питания в походе. Требования к весу и фасовки продуктов для похода. Рекомендации к упаковке продуктов для похода. Преимущества разнообразного питания в походных условиях. Нормы закладки продуктов. Таблица раскладки продуктов на одного человека на однократный прием пищи в походных условиях.

Изучение темы направлено на формирование профессиональных

компетенций ПК-3, ПК-6.

6. Самостоятельная работа студентов

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Энергозатраты в походе и их восполнение.	20	устный ответ	7 семестр
Организация питания в походах различной сложности.	20	конспект, проект	7 семестр
Закладка продуктов и составление меню.	22	письменная работа	7 семестр
Итого	62		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первого занятия проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат. В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ПК-3 – способен осуществлять учебно-тренировочный процесс на различных этапах подготовки.		Знает (пороговый уровень): правильность подбора продуктов и организацию питание в различных походах; организацию питания в походах различной сложности; нормы закладки основных продуктов в походе. Умеет (стандартный уровень): организовать привалы и ночлеги в походе, учитывая продолжительность похода в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.); подбирать продукты и организовывать питание в пути, с учетом энергозатрат. Владеет опытом (эталонный уровень): овладеть навыками практической разработки питания в походных условиях; разрабатывать и проводить мероприятий по спортивно-оздоровительному туризму.
ПК-6 – способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание.		Знает (пороговый уровень): требования к разнообразию питания в походе и к весу продуктов; правила составления походного меню, списка продуктов; значение правильного питания в походе; режим питания и питьевой режим. Умеет (стандартный уровень): организовать процесс по развертыванию и свертыванию лагеря; разведения костра; составлять примерное походное меню и делать закладку

		продуктов питания. Владеет опытом (эталонный уровень): решать образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи в процессе проведения походов; планировать и проводить мероприятия с различным контингентом людей в походных условиях.

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Промежуточная аттестация: зачет – 7 семестр.

Критерии оценивания компетенций (результатов)

Оценивается по 4-хбалльной шкале. В критерии оценки компетенций по зачету входят:

1.уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;

2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;

3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;

4. ответы на дополнительные вопросы.

При проектировании ожидаемых результатов следует предусмотреть различные *уровни оценки ожидаемых результатов:*

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Примерный перечень оценочных средств в соответствии с иерархией целей по Блуму

№	Уровень сложности	Глаголы для формулировки заданий	Оценочные средства
1.	Знание	Цитировать, перечислить, дать определение, изобразить, идентифицировать, составить список, назвать, указать, записать, повторить, выбрать, сформулировать, свести в таблицу, рассказать, воспроизвести, упорядочить, соотнести, отметить	Тест Опрос устный Письменные ответы на вопросы Собеседование (индивидуальное, групповое) Коллоквиум Портфолио-коллектор (накопительное)
2.	Понимание	Определить, выделить, объяснить, находить различия, характеризовать, обсуждать, рассматривать в деталях, сделать сообщение, интерпретировать, сделать обзор, связать, уточнить, построить, преобразовать, расшифровать, выразить, переформулировать, рецензировать, привести примеры, описать	Тест Решение типовых ситуаций Эссе Портфолио оценочный
3	Применение	Применять, рассчитать, классифицировать, демонстрировать, доказать, инсценировать, модифицировать, исследовать, изменить, иллюстрировать, интерпретировать, разработать, упорядочивать выполнять, использовать, обнаруживать, устанавливать, завершить, составить (отчет, план, график и т.п.), решать (задачу, проблему), раскрыть	Наблюдение Кейс-задания Игра ролевая Компетентсностно-ориентированные задания(КОЗ) Практические контрольные задания (ПКЗ) Портфолио достижений Тренажер Расчетно-графическая работа Метод Дельфи («мозговой атаки»)
4	Анализ	Анализировать, оценивать, сравнить, распределять по категориям(категорировать), полемизировать, оспаривать, вывести, подразделить, изобразить схематически, различать, (проводить различие), находить различия, исследовать, изучать, применять, осуществлять эксперимент, идентифицировать, собрать сведения, резюмировать, выделять, отсеять, отсортировать, измерить, разделить	Кейс-задание Игра организационно-мыслительная Реферат Портфолио Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты Проект
5	Синтез	Систематизировать, собирать (монтировать), осуществить	Кейс-задание Игра деловая

		компиляцию, производить сборку, сочинять (писать), конструировать (придумывать), создавать, производить, разрабатывать модель, алгоритмизировать, управлять, организовать, спланировать, подготовить, предлагать, изобретать, обобщать, компоновать, строить, интегрировать	Игра организационно-мыслительная Профессионально-исследовательские задания (ПИЗ) Портфолио Проект
6	Оценка	осуществлять оценку, убедить, выбрать, сравнивать и находить отличия, критиковать, определять (устанавливать, принимать решение), определять стоимость, составлять мнение, градировать (разбивать на этапы), сделать вывод, соизмерять (соотносить), осуществлять ранжирование, рекомендовать (предлагать), проверять (исправлять, видоизменять), обосновать, составить мнение, прогнозировать, защищать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Портфолио Проект

Описание шкалы оценивания

Отметка «отлично» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные, заданные экзаменатором;

- студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями;

- при ответе на вопросы используются данные из дополнительной литературы;

- ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения;

- студент демонстрирует умение вести научную дискуссию.

Отметка «хорошо» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определённые затруднения в ответе на уточняющие вопросы;

– в ответе имеют место несущественные фактические неточности;

- недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов билета;

– в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

– знания имеют фрагментарный характер, имеются определённые неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;

– при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки;

– студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

– не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;

– допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;

– студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;

– в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;

– на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или даёт неверные ответы.

Задания в рамках индикаторов достижения компетенций оцениваются в процессе текущего контроля и являются обязательными в соответствии с утверждёнными в образовательной организации порядком промежуточной аттестации.

7.2.2 Вопросы к зачёту

1. История питания человека.
2. Режим питания человека. Питьевой режим.
3. Рациональное и сбалансированное питание.
4. Диетическое питание. Виды диет.
5. Химический состав и калорийность пищевых продуктов.
6. Энергозатраты в походе и их восполнение.
7. Организация питания в одно- двухдневных простых походах.
8. Организация питания в многодневных простых походах.
9. Организация питания в сложных походах.
10. Закладка продуктов. Особенности походного меню.
11. Особенности составления меню для походов выходного дня.
12. Особенности составления меню для многодневных пеших походов.
13. Особенности составления меню для горных походов.
14. Особенности составления меню для водных походов.
15. Организация дневного питания в походных условиях.
16. Организация горячего питания в походных условиях.
17. Питьевой режим в походе.
18. Особенности режима питания в различных походах.
19. Подготовка продуктов к походу и их упаковка.

20. Хранение продуктов в походе, причины и признаки порчи продуктов питания.
21. Учет и транспортировка продуктов в походе.
22. Питание в экстремальных условиях (дикорастущие растения пригодные для пищи и ядовитые растения).

7.2.3 Тестовые задания для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Организация питания в туристском походе»

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, который является правильным ответом

1. Рациональное питание – это..

1. индивидуальное питание человека, составленное диетологом с учётом медицинских показателей
2. трёхразовое питание
3. разнообразное питание, соблюдение режима питания
4. энергетическая сбалансированность питания, оптимальное соотношение пищевых веществ, витаминов и минералов, соблюдение режима питания.

2. Оптимальное соотношение пищевых веществ (белков, жиров, углеводов)

1. 1:2:5
2. 3:1:4
3. 1:2:3
4. 1:1:4

3. На каком расстоянии от леса должен находиться костёр?

1. 10 метров
2. 20 метров
3. 50 метров
4. 100 метров

4. Таблетки для обеззараживания воды…

1. аспирин
2. пантоцид
3. валидол
4. варфарин

5. В простых многодневных походах пищу рекомендуют распределять…

1. на завтрак – 35%, на обед – 50 %, на ужин – 15%
2. на завтрак – 25 %, на обед – 60 %, на ужин – 15%
3. на завтрак – 15 %, на обед – 60 %, на ужин – 25%
4. на завтрак – 35 %, на обед – 40 %, на ужин – 25%

6. Хорошими жаждоутоляющими напитками являются…

1. горячий сладкий чай
2. зелёный чай, айран, минеральная вода
3. молоко, кефир
4. кофе

7. В послеобеденный период продолжительность движения группы по маршруту, как правило, не превышает…

1. 3 часов
2. 6 часов
3. 4 часов
4. 5 часов

8. Какие продукты в походных условиях не рекомендуют варить в предварительно подсоленой воде?

1. пшено, рис
2. гречку
3. фасоль
4. перловку

9. Какие продукты рекомендуют промывать перед варкой?

1. макароны
2. геркулес
3. рис, пшено

10. Что рекомендуют добавлять при варке рыбы, чтобы избежать её разваривания?

1. лимонную кислоту
2. яблочный уксус
3. эссенцию
4. сахар

11. Сколько входит граммов гречки в пол-литровую кружку?

1. 350
2. 200
3. 400
4. 600

12. Сколько помещается в столовую ложку сахара (в граммах)?

1. 30
2. 12
3. 8
4. 5

13. Сколько помещается грамм топлёного или сливочного масла в столовой ложке?

1. 5
2. 10
3. 20
4. 15

14. Варка продуктов в небольшом количестве жидкости (бульоне, воде или соусе) называется…

1. варка на пару
2. тушение
3. жаренье

15. Какое дикорастущее растение нельзя употреблять в пищу человеку?

1. одуванчик
2. кислица
3. белая кувшинка
4. ландыш

16. Какие дикорастущие растения не являются ядовитыми?

1. рогоз, сусак
2. волчник алтайский, волчник кавказский
3. бересклет, паслен
4. вороний глаз, белладонна

17. Наиболее калорийный продукт…

1. рис
2. горох
3. хлеб ржаной
4. грецкие орехи

18. Больше фосфора содержится в продукте…

1. изюм
2. капуста
3. молоко
4. фасоль

Ответы: 1-4; 2-4; 3-3; 4-2; 5-4; 6-2; 7-3; 8-3; 9-3; 10-1; 11-1; 12-2; 13-4; 14-2; 15-4; 16-1; 17-4; 18-4.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература:

1. Бай, Т.В. Теория и методика организации питания в туристской индустрии: учебное пособие [Электрон. ресурс] / Т.В. Бай, О.В. Котлярова. – М.: Русайнс, 2026. – 102 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/961070.

2. Макеева, В.С. Теория и методика физической рекреации: учебное пособие / В.В. Бойко, В.С. Макеева. – М.: Советский спорт, 2014. – 152 с. – Режим доступа: http://rucont.ru/efd/279286.

3. Теория и методика спортивного туризма: учебник / ред.: В.А. Таймазов, ред.: Ю.Н. Федотов. – М.: Советский спорт, 2014. – 424 с.: ил. – Режим доступа: http://rucont.ru/efd/271139.

Дополнительная литература:

1. Алексеев, А.А. Питание в туристском походе / А.А. Алексеев. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2003. – 85 с.

2. Кодыш, Э.Н. Туристские слёты и соревнования / Э.Н. Кодыш, Ю.С. Константинов, Ю.А. Кузнецов. – М.: Профиздат, 1992. – 109 с.

3. Константинов, Ю.С. Туристские слёты и соревнования учащихся: учебно-методическое пособие. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2000. – 228 с.

4. Константинов, Ю.С. Организация и проведение туристских походов с учащимися: учебно-методическое пособие / Г.И. Зорина, А.Г. Маслов, Ю.С. Константинов. – М.: Советский спорт, 2011. – 208 с. : ил. – Режим доступа: http://rucont.ru/efd/271122.

5. Куликов, В.М. Топография и ориентирование в туристском путешествии / В.М. Куликов, Ю.С. Константинов. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2004. – 72 с.

6. Лукоянов, П.И. Зимние спортивные походы / П.И. Лукоянов. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 192 с.

7. Федеральный закон от 24 ноября 1996 года № 132 – ФЗ «Об основах туристической деятельности в РФ» // Собрание законодательства РФ. – 1996. – №. 49.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ[Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации[Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru
4. Министерство просвещения Российской ФедерацииМинистерство науки и высшего образования Российской Федерации[Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/

5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru

6. Президентская библиотека[Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека[Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации[Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека[Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

- необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;
- записывать удобнее на одной стороне листа;
- записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;
- следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;
- на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие – важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.
2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.
3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь – к основной, при необходимости углубленного изучения – к дополнительной.
4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.
5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.
6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:
а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;
б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;
в) владение терминологией курса;
г) временной регламент выступления *7-10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):
• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);
• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);
• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:
• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список использованной литературы.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат заканчивается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15-20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
СПЕЦИАЛЬНЫЕ ВИДЫ ТУРИЗМА

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 4
Семестр – 7
Итоговая форма контроля – зачет (7 семестр)

Рабочую программу разработала:
Матвеева А.В., к.п.н., ст. преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта……... 3
2. Результаты обучения по дисциплине……. 3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП……. 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы……. 5
5. Содержание дисциплины…… 6
5.1 Количество часов по видам занятий…… 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий…… 7
5.2.1 Содержание лекционных занятий……. 7
5.2.2 Содержание семинарских занятий…… 7
6. Самостоятельная работа студентов…… 8
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации…. 10
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины…….. 10
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы……. 11
8. Перечень основной и дополнительной литературы……. 16
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины…… 17
9.1 Электронные библиотечные системы…….. 17
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы…… 17
10. Методические указания по освоению дисциплины…… 18
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины…… 22
12. Лицензионное программное обеспечение……... 23

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

1. тренерские;
2. педагогические;
3. рекреационно-оздоровительные;
4. организационно-методические;
5. организационно-управленческие;
6. научно-исследовательские.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-6 – Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течении всей жизни;

ПК-8 – Способен реализовывать технологии турагентской и туроператорской деятельности;

ПК-9 – Способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с

целью успешной реализации рекреационно-оздоровительного, спортивного, туристского и фитнес продукта.

Знаний	Основные специальные виды туристской деятельности; существующие классификации видов туристской деятельности; основную терминологию и особенную терминологию, понятия по специальным видам туризма; нормативно-правовую основу функционирования специальных видов туризма; ресурсное обеспечение специальных видов туризма; основные тенденции перспектив развития туризма и специальных видов туризма в мировой практике и в России.	УК-6, ПК-8, ПК-9.
Умений	Выделять и различать различные виды туризма и их взаимосвязи; проводить комплексный анализ потенциала регионов с выдачей рекомендаций по его дальнейшему использованию для специальных видов туризма; определять возможности разработки и развития различных туристских продуктов в специальных видах туризма.	
Навыков или опыта деятельности	Профессиональной аргументацией при обсуждении вопросов, касающихся видов и тенденций развития туризма; решать различные и характерные производственные проблемы туристской деятельности; проявлять изобретательность и способность к восприятию и освоению инноваций в туризме; подбирать и использовать на практике рациональные и современные управленческие подходы.	

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Специальные виды туризма» относится к вариативной части, дисциплин по выбору студента ОПОП (Б1.В.ДВ.05.02). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе, 7 семестре, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля: зачет. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: «Основы спортивно-оздоровительного туризма», «Теория и методика физической рекреации», «Виды и тенденции развития спортивно-оздоровительного туризма», «Курортология».

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Трудоемкость дисциплины 72 часа, из них 6 часов аудиторной работы и 62 часа самостоятельной работы, аттестация (зачет) – 4 часа.

Учебный процесс по курсу «Специальные виды туризма» проводится в форме лекций, семинарских занятий и самостоятельной работы студентов.

Учет успеваемости ведется в виде микрозачетов по пройденным темам и итогового зачета, проводимого в срок, установленный учебным планом. Зачет выставляется за знание пройденных разделов теоретического курса и выполнение установленных требований по практической и самостоятельной работе.

Виды учебной работы	**Всего часов**	**Семестр**
Контактная работа преподавателя со студентами	6	7
Лекции	2	7
Семинарские занятия	4	7
Аттестация – зачет	4	7
Самостоятельная работа	62	7
Общая трудоёмкость (часы)	72	7
Зачетные единицы	2	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ тем	Модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
			Лекции	Практич. занятия	Самост. работа
Модуль 1. Особенности и организация экологического туризма. Особенности и организация религиозного туризма.		**22**	**2**	**-**	**20**
1.	Понятие «экологический туризм», «экотуризм». Виды экологического туризма.	9	2	-	7
2.	Влияние туризма на природу. Экологический менеджмент. География экологического туризма.	7	-	-	7
3.	Паломнический туризм и религиозный туризм экскурсионно-познавательной направленности (особенности, индустрия и география).	6	-	-	6
Модуль 2. Особенности и организация социального туризма. Особенности и организация событийного туризма.		**26**	**-**	**2**	**24**
4.	Особенности и организация социального туризма (понятие, объекты, виды и формы).	8	-	2	6
5.	Развитие социального туризма в России и за рубежом. Особенности социального туризма на региональном и муниципальном уровнях.	6	-	-	6
6.	Особенности и организации я событийного туризма. Классификация.	6	-	-	6
7.	Организация и виды морских круизов. Организация обслуживания туристов на морских и речных круизах.	6	-	-	6

Модуль 3. Особенности и организация экзотических видов туризма.		**20**	**-**	**2**	**18**
8.	Водные и наземные виды экстремального туризма (особенности, безопасность).	6	-	-	6
9.	Горные и воздушные виды экстремального туризма (особенности, безопасность).	6	-	-	6
10.	Экзотические виды туризма. Особенности безопасности во время различных экзотических туров.	8	-	2	6
	Зачет	**4**			
Всего:		**72**	**2**	**4**	**62**

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий (2 часа)

Лекция 1. Понятие «экологический туризм», «экотуризм». Виды экологического туризма (2 часа)

Понятие «экологический туризм», «экотуризм». Виды экологического туризма. Влияние туризма на природу. Экологический менеджмент.

Виды сельского туризма. Дачный промысел и деревенский туризм. Примеры организации сельского туризма за рубежом. Перспективы и особенности развития сельского туризма в Российской Федерации.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по изучаемой дисциплине, а также на формирование компетенций УК-6, ПК-8, ПК-9.

5.2.2 Содержание семинарские занятий

Занятие 1. Особенности и организация социального туризма (понятие, объекты, виды и формы) (2 часа).

Понятие «социальный туризм». Объекты социального туризма. Виды и формы социального туризма. Развитие социального туризма в России и за рубежом. Понятие и место социального туризма в индустрии туризма. История развития социального туризма в России. Зарубежный опыт организации социального туризма. Финансовая база социального туризма. Основные направления социального туризма.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по изучаемой дисциплине, а также на формирование компетенций УК-6, ПК-8, ПК-9.

Занятие 2. Экзотические виды туризма. Особенности безопасности во время различных экзотических туров (2 часа).

Основные положения стратегии и тенденции развития туристской отрасли в XXI веке. Плановый и самодеятельный туризм. Групповой и индивидуальный туризм. Особенности организации группового и индивидуального туризма.

Особенные виды туризма. Научный туризм. Военный туризм. Молодежный туризм. Этнический туризм. Гастрономический туризм. Космический туризм. Конный туризм. Разработка уникального туристского направления. Туры на собачьих и оленьих упряжках. Сафари на верблюдах и слонах.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по изучаемой дисциплине, а также на формирование компетенций УК-6, ПК-8, ПК-9.

6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Содержание работы	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Модуль 1. Особенности и организация экологического туризма. Особенности и организация религиозного туризма				
1.	Понятие «экологический туризм», «экотуризм». Виды экологического туризма.	7	Опрос, тестирование	7 семестр
2.	Влияние туризма на природу. Экологический менеджмент. География экологического туризма.	7	Ответы на вопросы	7 семестр
3.	Паломнический туризм и религиозный туризм экскурсионно-познавательной направленности (особенности, индустрия и география).	6	Защита реферата, подготовка презентации	7 семестр
Модуль 2. Особенности и организация социального туризма. Особенности и организация событийного туризма				
4.	Особенности и организация социального туризма (понятие, объекты, виды и формы).	6	Конспект	7 семестр
5.	Развитие социального	6	Опрос	7 семестр

	туризма в России и за рубежом. Особенности социального туризма на региональном и муниципальном уровнях.			
6.	Особенности и организации я событийного туризма. Классификация.	6	Ответы на вопросы	7 семестр
7.	Организация и виды морских круизов. Организация обслуживания туристов на морских и речных круизах.	6	Конспект	7 семестр
Модуль 3. Особенности и организация экзотических видов туризма				
8.	Водные и наземные виды экстремального туризма (особенности, безопасность).	6	Опрос, защита реферата	7 семестр
9.	Горные и воздушные виды экстремального туризма (особенности, безопасность).	6	Конспект	7 семестр
10.	Экзотические виды туризма. Особенности безопасности во время различных экзотических туров.	6	Защита проектов и рефератов	7 семестр
	Итого	**62**		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к экзамену.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат. В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-6 – Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течении всей жизни; **ПК-8** – Способен реализовывать технологии турагентской и туроператорской деятельности; **ПК-9** – Способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с целью успешной реализации рекреационно-оздоровительного, спортивного, туристского и фитнес продукта.		Знать (пороговый уровень) Основные специальные виды туристской деятельности; существующие классификации видов туристской деятельности; основную терминологию и особенную терминологию, понятия по специальным видам туризма; нормативно-правовую основу функционирования специальных видов туризма; ресурсное обеспечение специальных видов туризма; основные тенденции перспектив развития туризма и специальных видов туризма в мировой практике и в России. Уметь (стандартный уровень) Выделять и различать различные виды туризма и их взаимосвязи; проводить комплексный анализ потенциала регионов с выдачей рекомендаций по его дальнейшему использованию для специальных видов туризма; определять возможности разработки и развития различных туристских продуктов в специальных видах туризма. Владеет опытом (эталонный уровень)

		Профессиональной аргументацией при обсуждении вопросов, касающихся видов и тенденций развития туризма; решать различные и характерные производственные проблемы туристской деятельности; проявлять изобретательность и способность к восприятию и освоению инноваций в туризме; подбирать и использовать на практике рациональные и современные управленческие подходы.

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

В процессе изучения учебной дисциплины применяются следующие формы контроля:

- текущий контроль качества усвоения знаний проводится регулярно в течение всего семестра. Включает в себя: письменные работы; устный опрос; защита рефератов; тестирование; подготовка видеороликов и презентаций по темам дисциплины);

- итоговый контроль качества усвоения знаний: знать теоретический материал в соответствии с программой, сдать зачет по пройденным темам. Зачет – 8 семестр.

Темы для рефератов и самостоятельной работы студентов по курсу «Специальные виды туризма»

1. Рекреационный туризм.
2. Санаторно-курортный туризм, курортное дело.
3. Экскурсионный туризм.
4. Профессионально деловой туризм: конгрессы, выставки, обучение и образовательные программы.
5. Этнический туризм.
6. Военный туризм.
7. Экстремальный туризм.
8. Автомобильный туризм.
9. Автобусные туры.
10. Морской круизный туризм.
11. Речной круизный туризм.
12. Яхтинг.
13. Караваннинг.
14. Религиозный туризм.
15. Экологический туризм.
16. Сельский и агротуризм.
17. Дачный промысел.

18. Спортивный туризм.
19. Самодеятельный спортивный туризм.
20. Таймшер.
21. Социальный туризм.
22. Рафтинг.
23. Туризм с изучение садоводства.
24. Туры для фотографов.
25. Гастрономический туризм.
26. Винный туризм.
27. Челночный туризм (шоппинговые туры, например, шубные туры).
28. Рекламные туры.
29. Железнодорожные туры.
30. Сафари и охота.
31. Туры на рыбную ловлю.
32. Научный туризм.
33. Пешеходные (треккинг) туры.
34. Велосипедные туры.
35. Туры на лыжах, снегоходах.
36. Конные туры.
37. Туры на собачьих упряжках.
38. Озерный туризм.
39. Полярный туризм.
40. Космический туризм.
41. Приключенческий туризм.
42. Детский туризм.
43. Молодежный туризм.
44. Инсентив туризм.
45. Кроссинг туры.
46. Туры на мотоциклах.
47. Событийный туризм (карнавалы, фестивали, регаты и др.).

Тестовые задания по дисциплине «Специальные виды туризма»

(Тест содержат 15 вопросов и несколько вариантов ответов, из которых правильным может быть один или несколько)

1. Спелеодайвинг - это:

А. Погружение и осмотр кораллов
Б. Погружение и наблюдение за рыбами
В. Погружение в подводные пещеры
Г. Погружение к подводным лодкам
Д. Погружение и поиск затонувших кладов и сокровищ
Е. Погружение и спасение людей

2. Стационарные экскурсионные туры – это:

А. Туры с посещением минимум 3 городов

Б. Туры с посещением минимум 5 городов

В. Туры с пребыванием туристов в одном городе или туристическом центре

Г. Туры с посещением минимум 2 стран

Д. Туры с посещением минимум 3 стран

Е. Среди вышеперечисленных ответов нет правильного

3. Религиозное паломничество – это:

А. Посещение и осмотр памятников культовой архитектуры

Б. Посещение религиозных святынь с целью поклонения и участия в религиозных обрядах

В. Посещение и осмотр архитектурных памятников Ватикана

Г. Посещение Тибета

Д. Посещение древних китайских монастырей

Е. Посещение православных церквей и храмов на территории РФ и за ее пределами

4. К мировым религиям относятся:

А. Христианство

Б. Ислам

В. Индуизм

Г. Синтоизм

Д. Буддизм

Е. Сикхизм

5. Хадж – это:

А. Паломничество мусульман в Иерусалим

Б. Паломничество мусульман в Мекку

В. Паломничество буддистов в Китай

Г. Паломничество католиков в Ватикан

Д. Паломничество православных в Грецию

Е. Паломничество мусульман в Багдад

6. Экологический туризм – это:

А. Посещение ботанических садов и зоопарков в черте города

Б. Поездки в места с относительно нетронутой природой с целью наслаждения природой и, зачастую, добровольной помощи по ее охране

В. Посещение сельской местности

Г. Поездки на озера

Д. Поездки и восхождение на горы

Е. Посещение естественнонаучных городских музеев

7. Основными зонами экологического туризма являются:

А. Научный заповедник

Б. Заказник

В. Населенные пункты, расположенные в сельской местности

Г. Национальный парк

Д. Развлекательный тематический парк

Е. Ландшафтный и антропологический заповедники

8. Антропологический заповедник – это:

А. Заказник, созданный для сохранения отдельных видов животных
Б. Заказник, созданный для сохранения отдельных видов растений
В. Синоним термина «национальный парк»
Г. Природная биотическая «лаборатория», предназначенная для сохранения естественных условий жизни конкретных этносов
Д. Синоним термина «ландшафтный заповедник»
Е. Зеленая зона в черте города

9. Заказник – это:

А. Синоним термина «антропологический заповедник»
Б. Особо охраняемая природная территория, созданная для сохранения отдельных видов животных и растений
В. Синоним термина «национальный парк»
Г. Природная биотическая «лаборатория», предназначенная для сохранения естественных условий жизни конкретных этносов
Д. Синоним термина «ландшафтный заповедник»
Е. Зеленая зона в черте города

10. К разновидностям делового туризма относятся:

А. Индивидуальные деловые поездки (командировки)
Б. Посещение спортивных мероприятий в качестве зрителей
В. Посещение международных кинофестивалей в качестве зрителей
Г. Конгрессно-выставочный туризм
Д. Инсентив-туризм
Е. Посещение музыкальных фестивалей и фестивалей искусств в качестве зрителей

11. Инсентив-туризм – это:

А. Форма поощрения компаниями своих сотрудников в виде организации для них туристской поездки
Б. Индивидуальные деловые поездки (командировки)
В. Посещение спортивных мероприятий в качестве зрителей
Г. Посещение международных кинофестивалей в качестве зрителей
Д. Разновидность конгрессно-выставочного туризма
Е. Посещение музыкальных фестивалей и фестивалей искусств в качестве зрителей

12. Основным природным лечебным ресурсом бальнеологических курортов являются:

А. Лечебные грязи
Б. Лечебный воздух
В. Минеральные воды
Г. Лечебный климат
Д. Морской песок
Е. Морские водоросли

13. Талассотерапия – это:

А. Лечение и оздоровление морской водой, морским воздухом и продуктами моря
Б. Лечение и оздоровление лечебными грязями

В. Лечение и оздоровление минеральными водами
Г. Лечение и оздоровление продуктами пчеловодства
Д. Лечение и оздоровление кислородом
Е. Лечение и оздоровление в ингаляториях

14. Так называемые «гастрономические туры» относятся к:

А. Детскому туризму
Б. Тематическому туризму
В. Социальному туризму
Г. Молодежному туризму
Д. Сельскому туризму
Е. Ностальгическому туризму

15. Ностальгический туризм – это:

А. Разновидность сельского туризма
Б. Повторная поездка в последнее место отдыха
В. Разновидность религиозных туров
Г. Разновидность событийного туризма
Д. Туры на места исторического проживания, а также для встречи с родственниками
Е. Разновидность развлекательных туров.

Вопросы для зачета по дисциплине «Специальные виды туризма»

1. Понятие «социальный туризм». Объекты социального туризма.
2. Виды и формы социального туризма.
3. Развитие социального туризма в России и за рубежом.
4. Особенности социального туризма на региональном и муниципальном уровнях.
5. Организация и виды морских круизов.
6. Организация обслуживания туристов на морских и речных круизах.
7. Понятие «экологический туризм», «экотуризм». Виды экологического туризма.
8. Влияние туризма на природу. Экологический менеджмент.
9. География экологического туризма.
10. Водные и наземные виды экстремального туризма (особенности, безопасность, цены).
11. Горные и воздушные виды экстремального туризма (особенности, безопасность, цены).
12. Особенности безопасности во время различных экстремальных туров.
13. Экзотические виды туризма.
14. Особенности туристских фирм по обеспечению безопасности во время различных видов туризма.
15. Событийный туризм. Классификация.
16. Особенности организации событийных туров. Особенность составления программы событийных туров.
17. Определение и разновидности религиозного туризма.

18. Виды, особенности и география паломнического туризма.
19. Религиозный туризм экскурсионно-познавательной направленности.
20. Индустрия и география религиозного туризма.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература

1. Аницоева, Л.К. Основы спортивно-оздоровительного туризма: учебное пособие [Электрон. ресурс] / Л.К. Аницоева. – М.: КноРус, 2025. – 159 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/955358.

2. Бабкин, А.В. Специальные виды туризма [Электронный ресурс]: учеб. пособие / А.В. Бабкин. – М.: Советский спорт, 2008. – 105 с. – (Профессиональное туристское образование). – ISBN 978-5-9718-0310-2 – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271101

3. Бескостова, А.А. Виды и тенденции развития туризма: учебное пособие. Часть I / А.А. Бескостова, З.В. Васильева. – Смоленск: ФГБОУ ВО «СГАФКСТ», 2019. – 124 с.

4. Бескостова, А.А. Специальные виды туризма: учебное пособие / А.А. Бескостова, З.В. Васильева. – Смоленск: ФГБОУ ВО «СГАФКСТ», 2019. – 126 с.

5. Урядова, А. В. Специальные виды туризма [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Д. А. Савин, Яросл. гос. ун-т им. П. Г. Демидова, А. В. Урядова. – Ярославль: ЯрГУ, 2013. – 128 с. – ISBN 978-5-8397-0966-9. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/272135

Дополнительная литература

6. Бутузов, А.Г. Этнокультурный туризм: учебное пособие / А.Г. Бутузов. – М.: КноРус, 2016. – 248 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/918097.

7. Велединский, В.Г. Спортивно-оздоровительный сервис: учебник / В.Г. Велединский. – М.: КноРус, 2016. – 216 с. – Режим доступа: https://www. book.ru/book/920699.

8. Зайцева, Н.А. Безбарьерный туризм: учебное пособие / Н.А. Зайцева, Д.Б. Шуравина. – М.: КноРус, 2018. – 176 с. – Режим доступа: https://www.book. ru/book/927914.

9. Косолапов, А.Б. Теория и практика экологического туризма: учебное пособие / А.Б. Косолапов. – М.: КноРус, 2017. – 229 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/922715.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru
4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru

3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
10. Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

В качестве основных форм организации учебного процесса по дисциплине «Теория и методика физической рекреации» в предлагаемой методике обучения выступают лекционные и практические (семинарские) занятия, а также самостоятельная работа студентов.

На лекциях излагаются темы дисциплины, предусмотренные рабочей программой, акцентируется внимание на наиболее принципиальных и сложных вопросах дисциплины, устанавливаются вопросы для самостоятельной проработки. Конспект лекций является базой при подготовке к семинарским занятиям, к экзаменам, а также самостоятельной научной деятельности.

Изложение лекционного материала рекомендуется проводить в мультимедийной форме (презентаций). Смысловая нагрузка лекции смещается в сторону от изложения теоретического материала к формированию мотивации самостоятельного обучения через постановку проблем обучения и показ путей решения профессиональных проблем в рамках той или иной темы. При этом основным методом ведения лекции является метод проблемного изложения материала

Семинарские занятия по дисциплине проводятся с целью приобретения практических навыков в решении задач, которые создают условия для развития комплексного стиля мышления, способствуют пространственному мышлению во временном аспекте, решению проблем профессиональной деятельности.

Семинарские занятия способствуют более глубокому пониманию теоретического материала учебного курса, а также развитию, формированию и становлению различных уровней составляющих профессиональной компетентности студентов. Основой семинарских занятий выступают типовые задачи, которые должен уметь решать специалист в области рекреации и туризма.

В связи с ограниченным количеством часов и фундаментальным значением данного курса существенная нагрузка выпадает на самостоятельную работу студента. Эта работа выполняется в произвольном временном режиме без непосредственного участия преподавателя. Освоение дисциплины осуществляется посредством интеграции аудиторной (лекционных и семинарских занятий) и самостоятельной работы.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы.

Литература по дисциплине в учебно-методическом комплексе представлена главным образом учебниками и учебными пособиями. Необходимо также широкое использование интернет-источников, периодических отечественных и зарубежных изданий. При подготовке к практическим занятиям (семинарам) познакомься с темой, обрати внимание на рассмотрении данной темы в курсе лекций. Если тема на лекции не рассматривалась, изучите предлагаемую литературу (это позволит Вам найти ответы на теоретические вопросы). После этого приступайте к выполнению практических заданий.

При подготовке к экзамену по теоретической части выделите в вопросе главное, существенное (понятия, признаки, классификации и пр.), приведите практические примеры, иллюстрирующие теоретические положения. Варианты выполнения практических заданий предложите исходя из следующих критериев – «актуальность», «последовательность», «полнота», «креативность», «апробированность».

Объем самостоятельной работы может меняться самим студентом при изучении отдельных учебных элементов. В обязательную часть входит выполнение одного задания по каждому модулю (подготовка доклада, мультимедийного сообщения и т.д.).

В целях оптимизации образовательного процесса в рамках изучения дисциплины студентам предлагается следующая тактика:

- внимательно изучите программу дисциплины;
- оцените степень полезности освоения данной учебной дисциплины для своего профессионального роста;
- изучите материалы для аудиторной работы по дисциплине (тематическое содержание лекций, планы семинарских занятий, мультимедийное сопровождение занятий);
- изучите материалы для самостоятельной работы и сопоставьте предложенные задания с имеющимися у вас ресурсами (выполненные ранее работы по близкой теме, знакомство с конкретной технологией во время практики, наличие литературы по проблеме, предложенной в качестве предмета исследования, и т.д.);
- заведите электронную папку для Интернет-ресурсов, найденных Вами при подготовке к занятиям, соотнесите темы электронных материалов с вопросами контрольных работ и экзамена (это поможет Вам подготовиться к промежуточной и итоговой аттестации);
- выберите из проблемного поля курса интересующую вас тему для углубленного изучения (она может быть связана с вашей исследовательской деятельностью);
- найдите партнеров из числа сокурсников для выполнения групповых учебных заданий;
- в конце изучения каждого учебного элемента курса постарайтесь оценить результаты своей деятельности и сформулировать пожелания преподавателю по совершенствованию образовательного процесса.

При анализе нормативно-правового документа необходимо выделить те ценности и смыслы, которые позволяют видеть нормы жизни цивилизованного общества. Читая статью того или иного закона, надо соотнести ее содержание с реальной действительностью, подумать о путях ее реализации, о системе контроля за выполнением, об актуальности, значимости тех или иных сведений для конкретных лиц, возрастных групп. Важно не только знать, в каком нормативном документе дано разъяснение по тому или иному вопросу, но и как использовать получбенные знания.

По первому и второму модулям студентам следует усвоить, что лечебно-оздоровительный туризм занимает особое место в системе общемировых курортно-туристических отношений и более всего ценится возможность восстановить здоровье во время увлекательных туристских маршрутов

Выполнение самостоятельной работы предусматривает выполнение реферата (программы оздоровления, проекта) по одной из актуальных проблем в курортологии.

Выполнение работы проводится по следующей *примерной* структуре, которая может видоизменяться в зависимости от инновационной идеи студента:

1. Введение (цели и задачи исследования)

2. Актуальность
3. Описание региона исследования
4. Общее описание разработки (например, программа лечебно-оздоровительного тура)
5. Расчет стоимости новой программы оздоровления
6. Заключение
7. Список литературы

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
РЕКЛАМА В ТУРИЗМЕ

основной профессиональной образовательной программы
направления подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 3
Семестр – 5
Итоговая форма контроля – зачет

Рабочую программу разработал:
Васильева З.В., к.п.н., доцент,

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта ВО 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 6
5. Содержание дисциплины 6
5.1. Количество часов по видам занятий 6
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий 8
5.2.1. Содержание практических занятий 8
6. Самостоятельная работа студентов 9
6.1 Список основной литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно 10
6.2 Список дополнительной литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно 11
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 12
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 12
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы 15
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 16
7.2.2. Тестовые задания по дисциплине 16
7.2.3.Темы рефератов 25
7.2.4. Вопросы к зачету 25
8. Перечень основной и дополнительной литературы 27
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 29
9.1. Электронные библиотечные системы 29
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 29
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 30
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 35
Приложение 36

1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта ВО

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943, с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

ПК-8 - способен реализовывать технологии турагентской и туроператорской деятельности;

ПК-9 – способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с целью успешной реализации рекреационно-оздоровительного, спортивного, туристского и фитнес продукта.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции (при наличии)	Компетенции
Знать: - основные виды рекламной коммуникации и формы ее проявления в сфере туризма - особенности структуры построения проекта современной рекламной кампании с помощью художественных средств: композиции, цвета, звука. - структуру и содержание основных нормативно-законодательных документов в сфере туризма и рекламы. **Уметь:** - анализировать содержание рекламной коммуникации		ПК-8

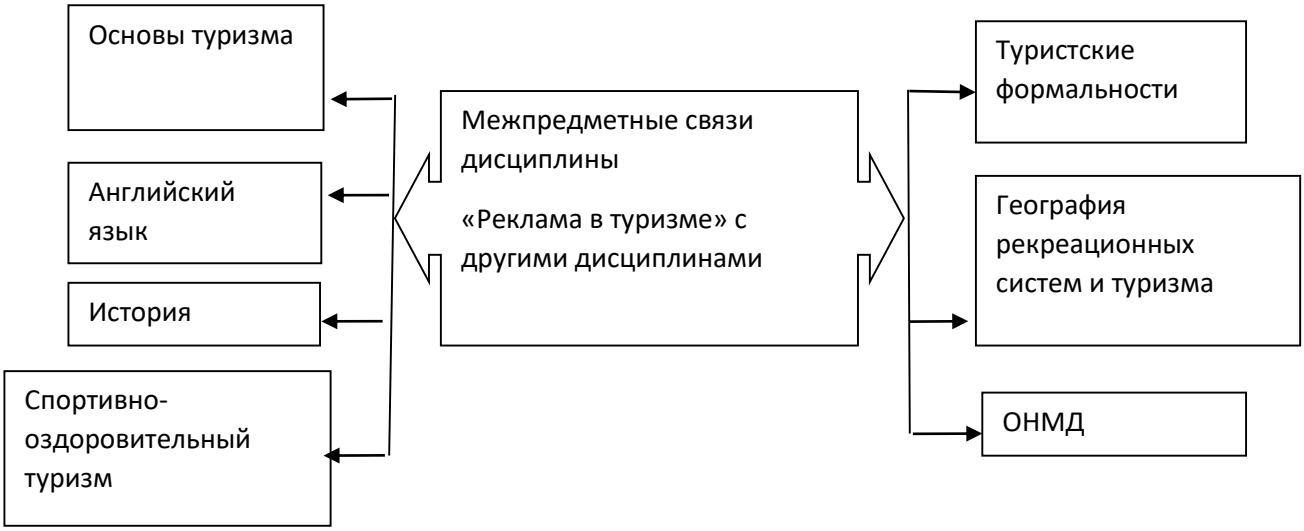
- определять основные художественно-технические средства современной рекламы - анализировать практику реализации основных правовых документов в рекламной деятельности турфирм. **Иметь опыт:** - оценки экономической эффективности рекламных мероприятий - владения методами художественно-эстетического анализа, навыками комплексного и сравнительного анализа объектов рекламы в сфере туризма - мониторинга эффективности рекламной деятельности и ее соответствия нормативно-правовой базе.		
Знать: **-** условия взаимодействия с партнерами по реализации туристского продукта - информационно-рекламные материалы. **Уметь:** **-** определять, анализировать индивидуальные и специальные требования туриста; - умение понимать целевую аудиторию, создание осведомленности, предоставление необходимой информации, формирование благосклонности, создание предпочтения, формирование убежденности, побуждение к приобретению продукта или услуги. **Иметь опыт:** **-** владеть способностью организации продажи туристского продукта и отдельных туристских услуг с удовлетворением потребностей клиента; - формирования рекламного бюджета.		ПК-9

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Реклама в туризме» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений к элективным дисциплинам: Б1.В.ДВ.06.01.

В соответствии с учебным планом модуль «Реклама в туризме» изучается на 3 курсе в 5 семестре по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачет.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам:



4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей с обучающимися		6
Лекции		2
Практические занятия		4
Зачет		4
Самостоятельная работа		98
Общая трудоемкость	**часы**	108
	ЗЕ	3

Количество часов, отведенных на занятия лекционного типа, в целом на практические занятия – 5,6%, на самостоятельную работу – 90,7%, зачет – 3,7%.

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

№	Разделы, модули, темы	Всего	Виды учебных работ

тем		часов	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа
1.	Предмет, сущность и задачи современной рекламы в туризме, ее место в системе маркетинговых коммуникаций.	12	2		10
2.	Планирование и организация рекламной кампании в туризме.	10		2**	8
3.	Правовые аспекты рекламной деятельности.	12		2*	10
4.	Основные принципы и особенности рекламной деятельности в туризме.	8			8
5.	Социально-психологические основы рекламы	8			8
6.	Информационно-рекламные материалы	8			8
7.	Реклама в прессе	8			8
8.	Радио- и телереклама. Реклама туристских услуг в Интернете	8			8
9.	Прямая почтовая реклама. Наружная реклама	8			8
10.	Реклама туристских услуг на выставках и ярмарках.	8			8
11.	Товарные знаки и фирменный стиль предприятия в сфере туризма.	4			4
12.	Рекламные агентства и их функции	6			6
13.	Эффективность рекламной деятельности в туризме.	4			4
14.	Зачет	4			
Всего:		**108**		**6**	**98**

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, составляет 70%. Примеры интерактивных форм и методов проведения занятий:

- *круглый стол – проводится с целью выработки общего мнения, позиции участников по обсуждаемой проблеме;
- **учебные групповые дискуссии. Её целью является процесс поиска, который должен привести к объективно известному, но субъективно, с точки зрения обучающихся, новому знанию. Причем этот поиск должен закономерно вести к запланированному педагогом заданию;
- *** мультимедиа-презентация лекций и практических занятий по основополагающим темам курса: «Реклама в туризме».

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционного занятия/ практических занятий

Предмет, сущность и задачи современной рекламы в туризме, ее место в системе маркетинговых коммуникаций

Определение рекламы. История возникновения и развития рекламы. Сущность и задачи современной рекламы. Функции рекламы. Основные принципы рекламы: правдивость и достоверность, адресность рекламы, аргументированность и оригинальность. Основные цели рекламы: создание осведомленности, предоставление необходимой информации, формирование благосклонности, создание предпочтения, формирование убежденности, побуждение к приобретению продукта или услуги. Понятие целевой аудитории. Характеристика системы маркетинговых коммуникаций. Сравнительная характеристика личных продаж, стимулирования сбыта, пропаганды и рекламы, их достоинства и недостатки, особенности применения в сфере туризма.

Изучение темы направлено на приобретение *знаний* истории возникновения, развития рекламы её сущности, задач на современном этапе развития туризма, ее места в системе маркетинговых коммуникаций, ***умений*** анализировать основные принципы рекламы: правдивость, достоверность, адресность, аргументированность, оригинальность, а также цели: создание осведомленности, предоставление необходимой информации, формирование благосклонности, создание предпочтения, формирование убежденности, побуждение к приобретению продукта или услуги, ***опыта*** сравнительной характеристики личных продаж, стимулирования сбыта, пропаганды и рекламы, их достоинства и недостатки, особенности применения в сфере туризма ***и формирование профессиональных компетенций*** (ПК-8;ПК-9).

ЛИТЕРАТУРА: основная 1-5; дополнительная 1-12.

Планирование и организация рекламной кампании в туризме

Общая характеристика рекламной кампании. Цели рекламных кампаний в сфере туризма. Факторы, влияющие на выбор и формирование рекламных целей: общие цели развития предприятия; маркетинговая стратегия фирмы;

состояние целевой аудитории. Классификация рекламных кампаний. Этапы рекламных кампаний и их характеристика. Особенности организации рекламных кампаний в сфере туризма. Методы формирования рекламного бюджета.

Изучение темы направлено на приобретение знаний оценочной характеристики рекламной кампании, её цели в сфере туризма, **умений** анализировать факторы, влияющие на выбор и формирование рекламных целей, классификацию рекламных кампаний, **опыта**поиска методов формирования рекламного бюджета **и формирование профессиональных компетенций** (ПК-8; ПК-9).

ЛИТЕРАТУРА: основная 1-5; дополнительная 1-9.

Правовые аспекты рекламной деятельности.

Общая характеристика законодательного регулирования рекламы. Документы, регламентирующие рекламу в туризме. Федеральный закон «О рекламе». Требования к рекламе, недобросовестная, недостоверная, неэтичная, заведомо ложная, скрытая реклама. Права и обязанности рекламодателей, рекламопроизводителей и рекламораспространителей. Роль государственных антимонопольных органов по контролю в области рекламы. Авторское право на рекламные произведения.

Изучение темы направлено на приобретение *знаний* характеристики законодательного регулирования рекламы, Федерального закона «О рекламе», ***умений*** анализировать требования к рекламе, оценивать права и обязанности рекламодателей, рекламопроизводителей и рекламораспространителей, ***опыта*** выявления недобросовестной, недостоверной, неэтичной, заведомо ложной, скрытой рекламы, авторских прав на рекламные произведения ***и формирование профессиональных компетенций*** (ПК-8;ПК-9).

ЛИТЕРАТУРА: основная 1-5; дополнительная 6-12.

6. Самостоятельная работа студентов

При изучении раздела студент самостоятельно готовиться по следующим темам:

№ п/п	Содержание работы Темы занятий	Количество часов	Виды контроля
1.	Предмет, сущность и задачи современной рекламы в туризме, ее место в системе маркетинговых коммуникаций.	10	Письменная работа
2.	Планирование и организация рекламной кампании в туризме.	8	Реферат
3.	Правовые аспекты рекламной деятельности.	10	Письменная работа

4.	Основные принципы и особенности рекламной деятельности в туризме.	8	Письменная работа
5.	Социально-психологические основы рекламы	8	Письменная работа
6.	Информационно-рекламные материалы	8	Письменная работа
7.	Реклама в прессе	8	Письменная работа
8.	Радио- и телереклама. Реклама туристских услуг в Интернете	8	Подготовка презентации и доклада
9.	Прямая почтовая реклама. Наружная реклама	8	Подготовка презентации и доклада
10.	Реклама туристских услуг на выставках и ярмарках.	8	Подготовка презентации и доклада
11.	Товарные знаки и фирменный стиль предприятия в сфере туризма.	4	Реферат
12.	Рекламные агентства и их функции	6	Доклад
13.	Эффективность рекламной деятельности в туризме.	4	Реферат
	Всего:	**98**	

6.1 Список основной литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно

1. Дурович, А.П. Реклама в туризме [Текст] : учеб. пособие / А.П. Дурович. - 5-е изд., перераб. и доп. - Москва : ИНФРА-М, 2010. - 158 с. 10 экз.
2. Козлова, В.А. Реклама в туризме / В.А. Козлова ; Межрегиональная Академия безопасности и выживания. – Орел : МАБИВ, 2014. – 126 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428609. – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.
3. Кулагина, Е. В. Реклама в туризме и гостеприимстве: учебное пособие: [16+] / Е. В. Кулагина, И. Е. Карасев ; Омский государственный технический университет. – Омск : Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2020. – 117 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682977 (дата обращения: 04.06.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8149-3054-5. – Текст: электронный.

4. Морган, Н. Реклама в туризме и отдыхе / Н. Морган, А. Причард. – Москва : Юнити, 2015. – 482 с. : ил. – (Зарубежный учебник). – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117326. – ISBN 5-238-00647-0. – Текст: электронный.
5. Кузнецов, П. А. Копирайтинг & спичрайтинг: эффективные рекламные и PR-технологии : практическое пособие : [16+] / П. А. Кузнецов. – 7-е изд. – Москва: Дашков и К°, 2025. – 130 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=720370 . – Библиогр.: с. 126-127. – ISBN 978-5-394-06150-9. – Текст: электронный.
6. Рукомойникова, В.П. Реклама в туризме / В.П. Рукомойникова ; Поволжский государственный технологический университет. – Йошкар-Ола : ПГТУ, 2017. – 104 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=476509. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8158-1864-4. – Текст : электронный.

6.2 Список дополнительной литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно

1. Япрынцева, Ю.Г. Реклама как инструмент маркетинга в организации детского туризма в Российской Федерации [Электронный ресурс] / Ю.Г. Япрынцева .— : МГИИТ, 2015 .— 66 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/368856
2. Интернет-реклама [Электронный ресурс] / Б.Б. Шагдарова .— Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2016 .— 116 с. — ISBN 978-5-9793-0896-8 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/603246
3. Протасова, Н.В. Проектирование в рекламе и СО [Электронный ресурс] : метод. указания / Н.В. Протасова .— М. : РГУФКСМиТ, 2015 .— 92 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/373477
4. Сулейманова, Г.В. Реклама в туризме / Г.В. Сулейманова ; Министерство образования и науки России, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Казанский национальный исследовательский технологический университет», Институт технологий легкой промышленности, моды и дизайна. – Казань : Издательство КНИТУ, 2013. – 151 с. : ил.,табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=258594. – ISBN 978-5-7882-1450-4. – Текст : электронный.
5. Ковалевский, В. Организация рекламной деятельности / В. Ковалевский, О. Калиева, Н. Лужнова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Оренбургский государственный университет», Кафедра маркетинга, коммерции и рекламы. – Оренбург : ОГУ, 2012. – 122 с. : табл. – Режим доступа: по

подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=259222. – Текст : электронный.
6. Девлетов, О.У. Аграрный туризм России: имидж, реклама, сервис / О.У. Девлетов. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2018. – 382 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=485244. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-9647-7. – Текст : электронный.
7. Ткаченко, Н.В. Креативная реклама: технологии проектирования / Н.В. Ткаченко, О.Н. Ткаченко ; под ред. Л.М. Дмитриевой. – Москва : Юнити, 2015. – 336 с. – (Азбука рекламы). – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=114422. – ISBN 978-5-238-01568-2. – Текст : электронный.
8. Веселова, Ю.В. Графический дизайн рекламы. Плакат / Ю.В. Веселова, О.Г. Семёнов. – Новосибирск : НГТУ, 2012. – 104 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228990. – ISBN 978-5-7782-2192-5. – Текст : электронный.
9. Москалев, С.М. Интернет-технологии и реклама в бизнесе / С.М. Москалев ; Министерство сельского хозяйства РФ, Санкт-Петербургский государственный аграрный университет. – Санкт-Петербург : СПбГАУ, 2018. – 101 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=491717. – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.
10. Маркетинг PR и рекламы / И.М. Синяева, В.М. Маслова, О.Н. Романенкова, В.В. Синяев ; под ред. И.М. Синяевой. – Москва : Юнити, 2015. – 495 с. : табл., ил., схемы – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=114709. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-238-02194-2. – Текст : электронный.
11. Панкратов, Ф.Г. Основы рекламы / Ф.Г. Панкратов, Ю.К. Баженов, В.Г. Шахурин. – 14-е изд., перераб. и доп. – Москва : Дашков и К°, 2017. – 538 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454093. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-394-01804-6. – Текст : электронный.
12. Щепилова, Г.Г. Основы рекламы: учебник для бакалавров / Г.Г. Щепилова, К.В. Щепилов. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 473 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500663. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-9917-1. – DOI 10.23681/500663. – Текст : электронный.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
ПК-8. Способен реализовывать технологии турагентской и туроператорской деятельности.		**Знает (пороговый уровень):** - основные виды рекламной коммуникации и формы ее проявления в сфере туризма; - особенности структуры построения проекта современной рекламной кампании с помощью художественных средств: композиции, цвета, звука; - структуру и содержание основных нормативно-законодательных документов в сфере туризма и рекламы. **Умеет (стандартный уровень):** - анализировать содержание рекламной коммуникации; - определять основные художественно-технические средства современной рекламы; - анализировать практику реализации основных правовых документов в рекламной деятельности турфирм. **Имеет опыт (эталонный уровень**): - оценки экономической эффективности рекламных мероприятий; - владения методами художественно-эстетического анализа, навыками комплексного и сравнительного анализа объектов рекламы в сфере туризма; - мониторинга эффективности рекламной деятельности и ее соответствия нормативно-правовой базе.
ПК-9. Способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с целью успешной реализации рекреационно-оздоровительного, спортивного, туристского и фитнес продукта.		**Знает (пороговый уровень):** - условия взаимодействия с партнерами по реализации туристского продукта; - информационно-рекламные материалы. **Умеет (стандартный уровень):** - определять, анализировать индивидуальные и специальные требования туриста; - умение понимать целевую аудиторию, создание осведомленности, предоставление необходимой информации, формирование благосклонности, создание предпочтения, формирование убежденности, побуждение к приобретению продукта или услуги. **Имеет опыт (эталонный уровень**): - владеть способностью организации продажи туристского продукта и отдельных туристских услуг с удовлетворением потребностей клиента; - формирования рекламного бюджета.

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

- ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.
-

Критерии оценки уровня развития компетенций

студентов в рамках учебного курса, их соответствие по 4-х уровневой шкале

Критерии оценки компетенций	Традиционная (4-х уровневая) шкала оценки
«Отлично» – очень высокий уровень развития компетенций, отвечает всем требованиям ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	отлично
«Очень хорошо» – высокий уровень развития компетенций, отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	хорошо
«Хорошо» – уровень развития компетенций выше среднего, отвечает всем основным требованиям, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые из выполненных заданий, могут содержать ошибки	хорошо
«Удовлетворительно» – средний уровень развития компетенций, отвечает большинству основных требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не являются существенными, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, значительная часть заданий выполнены с ошибками	удовлетворительно
«Посредственно» уровень развития компетенций ниже среднего, не отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены, либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	удовлетворительно
«Неудовлетворительно» – низкий уровень развития компетенций, теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному.	Неудовлетво-рительно

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущая аттестация проводится в виде:

Текущий контроль: опрос, тестирование, проверка выполнения практических навыков, оценка реферативных сообщений.

Промежуточный контроль: собеседование по разделам, оценка контрольных работ, зачет по темам.

Итоговый контроль: зачет (5 семестр).

7.2.2. Тестовые задания по дисциплине

Реклама в туризме (1 вариант)

1. **Реклама, нацеленная на рынок других стран**:
а) общенациональная реклама;
б) региональная реклама;
в) международная реклама.

2. **Реклама по созданию благоприятного образа фирмы или товара**:
а) имидж – реклама;
б) местная реклама;
в) товарная реклама.

3. **Материальное средство, служащее для распространения рекламного сообщения**:
а) рекламный элемент;
б) рекламное средство;
в) средство массовой информации.

4. **Содержит чисто рекламную информацию о конкретном товаре или услуге**:
а) коммерческое предложение;
б) проспект;
в) рекламный листок.

6. **Рекламно-технические фильмы предназначены для демонстрации**:
а) по телевидению;
б) в кинофильмах;
в) на выставках и презентациях.

7. **Тематическая радиопередача информационно-рекламного характера**:
а) редиоролик;

б) радиожурнал;
в) радообъявление.

8. **Легко воспринимается рекламное объявление продолжительностью**:
а) от 10 до 20 сек.;
б) от 1 мин. до 3 мин.;
в) от 30 сек. до 1 мин.

9. **Рекламная информация читаемая диктором**:
а) телезаставка;
б) телеобъявление;
в) телеролик.

11. **Телевизионная реклама продолжительностью 15-20 секунд**:
а) развернутый ролик;
б) блиц-ролик;
в) телезаставка.

12. **Стандартная реклама прекрасного образа жизни**:
а) благополучно-сентиментальный ролик;
б) информационный ролик;
в) парадоксальный ролик.

13. **Укажите основной недостаток газетной рекламы**:
а) низкое полиграфическое качество;
б) высокая стоимость;
в) большие сроки изготовления.

14. **Укажите основное преимущество телевизионной рекламы**:
а) чувственное воздействие;
б) низкая стоимость;
в) большой тираж.

15. **Короткая фраза, девиз фирмы или товара**:
а) рекламный заголовок;
б) рекламный слоган;
в) рекламный символ.

16. **В чем заключается экономическая функция рекламы**?
а) информирует о фирме и услугах;
б) стимулирует рост продаж;
в) ускоряет адаптацию нового товара.

17. **Печатная реклама товаров в России получает распространение в**:

а) XX веке;
б) XVIII веке;
в) XIX веке.

18. **Программа из автоматически сменяющихся цветных диапозитивов**:

а) рекламные ролики;
б) слайд-фильмы;
в) видео-фильмы.

19. **Реклама, направленная на закрепление достигнутых фирмой результатов**:

а) стимулирующая реклама;
б) реклама стабильности;
в) имидж-реклама.

20. **Телереклама, противопоставляющая в сюжете бедствия и несчастья без товара или фирмы благополучию с ними**:

а) парадоксальная;
б) шоковая;
в) благополучно-сентиментальная реклама.

21. **Вид телеролика, содержащий юмор, гротеск, анекдот**:

а) «сладкий»;
б) «парадоксальный»;
в) «шоковый».

22. **Совмещение рекламы с редакционной статьей**:

а) директ мейл;
б) адветориал;
в) каталог.

23. **Организованная встреча группы людей, связанных с данной фирмой**:

а) выставка;
б) презентация;
в) семинар.

24. **Мероприятия рыночного характера**:

а) выставка;
б) ярмарка;
в) конференция.

25. **Средство публичной демонстрации**:
а) фестиваль;
б) выставка;
в) ярмарка.

26. **Специально организуемые экспозиции, отражающие достижения страны**:
а) национальные выставки;
б) оптовые ярмарки;
в) международные выставки.

27. **Какие выставки организуются и финансируются организацией - заказчиком**?
а) постоянно действующие экспозиции;
б) национальные выставки;
в) специальные выставки рекламодателя.

28. **Что помогает выявить группы и категории потенциальных туристов**?
а) исследование товара;
б) анализ рынка;
в) изучение потребителей.

29. **Укажите вид рекламы, убеждающий потребителя совершить покупку**:
а) увещевательная реклама;
б) информативная реклама;
в) напоминающая реклам.

30. **Количество людей, ознакомленных с рекламным обращением за определенный период времени**:
а) аудитория;
б) частота;
в) охват.

31. **Что определяет степень восприятия рекламного объявления в прессе**?
а) расположение рекламного сообщения;
б) время и график публикации;
в) композиция.

32. **Укажите основной недостаток «директ мейл»**:
а) низкая оперативность;

б) необходимость адресного банка данных;
в) ограничение текстовой части.

Реклама в туризме (2 вариант)

1. **Печатная реклама товаров в России получает распространение в**:
а) XX веке;
б) XVIII веке;
в) XIX веке.

2. **Программа из автоматически сменяющихся цветных диапозитивов**:
а) рекламные ролики;
б) слайд-фильмы;
в) видео-фильмы.

3. **Реклама, направленная на закрепление достигнутых фирмой результатов**:
а) стимулирующая реклама;
б) реклама стабильности;
в) имидж-реклама.

4. **Телереклама, противопоставляющая в сюжете бедствия и несчастья без товара или фирмы благополучию с ними**:
а) парадоксальные;
б) шоковые;
в) благополучно-сентиментальная реклама.

5. **Вид телеролика, содержащий юмор, гротеск, анекдот**:
а) «сладкий»;
б) «парадоксальный»;
в) «шоковый».

6. **Реклама на сайтах появилась в России в**:
а) 1995 году;
б) 1990 году;
в) 1997 году.

7. **Совмещение рекламы с редакционной статьей**:
а) директ мейл;
б) альеториал;
в) каталог.

8. **Организованная встреча группы людей, связанных с данной фирмой**:

а) выставка;

б) презентация;

в) семинар.

9. **Комплекс рекламных и иных мероприятий, объединенных общими целями и задачами**:

а) рекламный бюджет;

б) рекламная кампания;

в) внешняя реклама.

10. **Мероприятия рыночного характера**:

а) выставка;

б) ярмарка;

в) конференция.

11. **Средство публичной демонстрации**:

а) фестиваль;

б) выставка;

в) ярмарка.

12. **Специально организуемые экспозиции отражающие достижения страны**:

а) национальные выставки;

б) оптовые ярмарки;

в) международные выставки.

13. **Какие выставки организуются и финансируются организацией - заказчиком**?

а) постоянно действующие экспозиции;

б) национальные выставки;

в) специальные выставки рекламодателя.

14. **Короткая по времени встреча руководства с журналистами**:

а) брифинг;

б) интервью;

в) пресс-релиз.

15. **Что помогает выявить группы и категории потенциальных туристов**?

а) исследование товара;

б) анализ рынка;

в) изучение потребителей.

16. **Реклама, в которой присутствуют не соответствующие действительности сведения**:

а) недобросовестная реклама;

б) скрытая реклама;

в) недостоверная реклама.

17. **Кто из участников рекламного процесса несет ответственность за нарушение рекламного законодательства в части оформления, производства и подготовки рекламы**?

а) рекламодатель;

б) рекламораспространитель;

в) рекламопроизводитель.

18. **Укажите вид рекламы, убеждающий потребитель совершить покупку**:

а) увещевательная реклама;

б) информативная реклама;

в) напоминающая реклам.

19. **Реклама, которая содержит информацию нарушающую общепринятые нормы морали**:

а) заведомо ложная реклама;

б) неэтичная реклама;

в) скрытая реклама.

20. **Количество людей, ознакомленных с рекламным обращением за определенный период времени**:

а) аудитория;

б) частота;

в) охват.

Реклама в туризме (3 вариант)

1. **Определяет степень восприятия рекламного объявления в прессе:**

а) расположение рекламного сообщения;

б) время и график публикации;

в) композиция.

2. **Какое мероприятие ПР может проводиться в сочетании с презентацией**?

а) «круглый стол»;

б) конференция;

в) прием.

3. **Какой отдел рекламного агентства создается для выявления и систематизации потребностей рекламодателей**?

а) отдел исполнения заказов;

б) творческий отдел;

в) отдел исследования и развития.

4. **Какой вид рекламной кампании строится по принципу усиления воздействия на аудиторию?**

а) ровная рекламная кампания;

б) нисходящая рекламная кампания;

в) нарастающая рекламная кампания.

5. **Наиболее популярный метод определения рекламного бюджета**:

а) метод согласования с задачей;

б) метод процента то продаж;

в) метод остаточных средств.

6. **В какой стране запрещена реклама импортных товаров?**

а) в Саудовской Аравии;

б) в Австрии;

в) в Иране.

7. **В какой стране газеты - средство общенациональной рекламы**?

а) Италия;

б) Великобритания;

в) Испания.

8. **К какому виду товарных знаков относятся трехмерные объекты, комбинации линий и фигур**?

а) изобразительные товарные знаки;

б) объемные товарные знаки;

в) комбинированные товарные знаки.

9. **Неравномерное по времени размещение рекламы**:

а) последовательный график;

б) пульсирующий график;

в) скользящий график.

10. **Укажите прием рекламирования в основе которого лежит цена**:

а) реагирование на продажи;

б) вовлечение;

в) предрасположенность к восприятию.

11. **Укажите основную причину изменения оборота (прибыли) рекламы**:

а) влияние предыдущей рекламной кампании фирмы;

б) изменение некоторых жизненных потребностей туристов;

в) рекламная кампания фирмы текущего периода.

12. **К какому методу в планировании затрат прибегают, когда необходимо провести усиленную рекламную кампанию**?

а) метод определения размера ассигнований на основе планирования повышенных затрат;

б) метод долевого участия в рынке;

в) метод на основе использования математических моделей принятия решений.

13. **Укажите наиболее существенный фактор, влияющий на размер бюджета рекламной кампании**:

а) продолжительность жизни турпродукта;

б) финансовые ресурсы фирмы;

в) роль рекламы в процессе маркетинга;

г) все ответы верны.

14. **Какой этап завершает всю предыдущую работу по планированию рекламной кампании**?

а) выбор средств рекламы;

б) планирование рекламного бюджета;

в) определение целей рекламы.

15. **Какой метод применяется при исследовании воздействия на потребителей отдельных рекламных средств**?

а) метод опроса;

б) метод наблюдения;

в) метод эксперимента.

16. **Выдача свидетельства на товарный знак производится Патентным ведомством в течении**:

а) 3 месяцев;

б) 6 месяцев;

в) 1 месяца.

17. **Какие виды передач в радио- и телепрограммах не допускается прерывать рекламой**?

а) радиопостановки и художественные фильмы;

б) детские и религиозные передачи;

в) образовательные передачи.

7.2.3.Темы рефератов

1. Дизайн рекламы;
2. Использование цвета в рекламе;
3. Коммуникационные модели (стратегии);
4. Коммуникационные модели (стратегии);
5. Медиапланирование в структуре обеспечения рекламного воздействия;
6. Мероприятия PR;
7. Новость в рекламной кампании;
8. Основные принципы и приемы построения композиции рекламы;
9. Особенности финансовой и социальной рекламы;
10. Оценка эффективности рекламы;
11. Позиционирование в рекламе;
12. Поиск творческой идеи;
13. Показатели эффективности размещения рекламы;
14. Последовательность рекламного маркетинга;
15. Преимущества и недостатки отдельных медиасредств как рекламоносителей;
16. Принятие решения о покупке;
17. Работа PR-отдела со средствами массовой информации;
18. Рекламный маркетинг;
19. Способы измерения аудитории СМИ;
20. Стереотипы ролей, игры в рекламе;
21. Фирменный стиль;
22. Целевая аудитория рекламной кампании;
23. Этапы эффективности рекламных коммуникаций;
24. Эффект 25-го кадра;
25. Явление износа рекламы.

7.2.4. Вопросы к зачету

1. Виды аудиовизуальной рекламы;
2. Виды наружной рекламы и их характеристика;
3. Виды печатной рекламы и их характеристика;
4. Виды рекламы на выставке и их характеристика;
5. Законами и правовыми акты, регулирующие рекламную деятельность в России;
6. Использование товарного знака;
7. Каковы основные виды рекламы турфирмы?
8. Классификация печатной рекламы;
9. Классификация рекламных кампаний;

10. Классификация рекламы;
11. Методы внушения и убеждения;
12. Методы привлечения внимания к рекламе, их характеристика;
13. Общие требования к рекламе, установленные федеральным законом «О рекламе»;
14. Определение рекламного объявления, публикации обзорно-рекламного характера;
15. Определение товарного знака;
16. Основные подходы к формированию рекламного бюджета фирмы;
17. Основные принципы составления текстового рекламного обращения;
18. Основные субъекты рекламного процесса;
19. Основные типы товарных знаков и их характеристики;
20. Основные требования, предъявляемые к наружной рекламе;
21. Основные требования, предъявляемые к рекламным текстам;
22. Основные цели рекламы;
23. Основные этапы подготовки и работы на выставке;
24. Основные этапы проведения рекламной кампании;
25. Особенности рекламы в туризме;
26. Ответственность участников рекламного процесса за ненадлежащую рекламу;
27. Понятие фирменного стиля. Основные элементы фирменного стиля и их характеристика;
28. Понятие эффективности рекламы;
29. Принципы и сферы применения Директ мейл в СКС и Т;
30. Пути использования аудио- и телероликов туристской фирмы;
31. Роль рекламы в развитии общества;
32. Специфика воздействия радио- и телерекламы;
33. Специфика рекламной кампании туристской фирмы;
34. Специфика рекламы на транспорте;
35. Сущность и преимущества прямой почтовой рекламы;
36. Сущность и структура рекламной кампании фирмы;
37. Сущность имиджа предприятия СКС и Т и его основные характеристики;
38. Сущность рекламы;
39. Тенденции развития рекламных агентств;
40. Типы рекламных агентств и их функции;
41. Факторы, влияющие на поведение человека в рекламной среде;

42. Формы рекламы на телевидении. Преимущества и недостатки телевизионной рекламы;
43. Характеристика внешних и внутренних факторов, оказывающих влияние на поведение человека;
44. Характеристика запрещенных видов рекламы.
45. Характеристика норм рекламы;
46. Характеристика основных видов радиорекламы. Основные требования, предъявляемые к радиорекламе;
47. Характеристика отделов рекламного агентства;
48. Характеристика системы маркетинговых коммуникаций;
49. Характеристика функций рекламы;
50. Эффективность рекламы в прессе;

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Список основной литературы по дисциплине: «Реклама в туризме».

1. Дурович, А.П. Реклама в туризме [Текст] : учеб. пособие / А.П. Дурович. - 5-е изд., перераб. и доп. - Москва : ИНФРА-М, 2010. - 158 с. 10 экз.
2. Козлова, В.А. Реклама в туризме / В.А. Козлова ; Межрегиональная Академия безопасности и выживания. – Орел : МАБИВ, 2014. – 126 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428609. – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.
3. Антипов, К.В. Основы рекламы / К.В. Антипов. – 3-е изд. – Москва : Дашков и К°, 2017. – 326 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454031. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-394-02394-1. – Текст : электронный.
4. Морган, Н. Реклама в туризме и отдыхе / Н. Морган, А. Причард. – Москва : Юнити, 2015. – 482 с. : ил. – (Зарубежный учебник). – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117326. – ISBN 5-238-00647-0. – Текст : электронный.
5. Рукомойникова, В.П. Реклама в туризме / В.П. Рукомойникова ; Поволжский государственный технологический университет. – Йошкар-Ола : ПГТУ, 2017. – 104 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=476509. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8158-1864-4. – Текст: электронный.

Список дополнительной литературы по дисциплине: «Реклама в туризме».

1. Япрынцева, Ю.Г. Реклама как инструмент маркетинга в организации детского туризма в Российской Федерации [Электронный ресурс] / Ю.Г. Япрынцева .— : МГИИТ, 2015 .— 66 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/368856

2. Интернет-реклама [Электронный ресурс] / Б.Б. Шагдарова .— Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2016 .— 116 с. — ISBN 978-5-9793-0896-8 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/603246
3. Протасова, Н.В. Проектирование в рекламе и СО [Электронный ресурс] : метод. указания / Н.В. Протасова .— М. : РГУФКСМиТ, 2015 .— 92 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/373477
4. Сулейманова, Г.В. Реклама в туризме / Г.В. Сулейманова ; Министерство образования и науки России, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Казанский национальный исследовательский технологический университет», Институт технологий легкой промышленности, моды и дизайна. – Казань : Издательство КНИТУ, 2013. – 151 с. : ил.,табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=258594. – ISBN 978-5-7882-1450-4. – Текст : электронный.
5. Ковалевский, В. Организация рекламной деятельности / В. Ковалевский, О. Калиева, Н. Лужнова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Оренбургский государственный университет», Кафедра маркетинга, коммерции и рекламы. – Оренбург : ОГУ, 2012. – 122 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=259222. – Текст : электронный.
6. Девлетов, О.У. Аграрный туризм России: имидж, реклама, сервис / О.У. Девлетов. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2018. – 382 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=485244. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-9647-7. – Текст : электронный.
7. Ткаченко, Н.В. Креативная реклама: технологии проектирования / Н.В. Ткаченко, О.Н. Ткаченко ; под ред. Л.М. Дмитриевой. – Москва : Юнити, 2015. – 336 с. – (Азбука рекламы). – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=114422. – ISBN 978-5-238-01568-2. – Текст : электронный.
8. Веселова, Ю.В. Графический дизайн рекламы. Плакат / Ю.В. Веселова, О.Г. Семёнов. – Новосибирск : НГТУ, 2012. – 104 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228990. – ISBN 978-5-7782-2192-5. – Текст : электронный.
9. Москалев, С.М. Интернет-технологии и реклама в бизнесе / С.М. Москалев ; Министерство сельского хозяйства РФ, Санкт-Петербургский государственный аграрный университет. – Санкт-Петербург : СПбГАУ, 2018. – 101 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=491717. – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

10. Маркетинг PR и рекламы / И.М. Синяева, В.М. Маслова, О.Н. Романенкова, В.В. Синяев ; под ред. И.М. Синяевой. – Москва : Юнити, 2015. – 495 с. : табл., ил., схемы – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=114709. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-238-02194-2. – Текст : электронный.
11. Панкратов, Ф.Г. Основы рекламы / Ф.Г. Панкратов, Ю.К. Баженов, В.Г. Шахурин. – 14-е изд., перераб. и доп. – Москва : Дашков и К°, 2017. – 538 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454093. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-394-01804-6. – Текст : электронный.
12. Щепилова, Г.Г. Основы рекламы: учебник для бакалавров / Г.Г. Щепилова, К.В. Щепилов. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 473 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500663. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-9917-1. – DOI 10.23681/500663. – Текст : электронный.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1. Электронные библиотечные системы

1. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: https://elibrary.ru/defaultx.asp
2. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс].– Режим доступа: https://lib.rucont.ru/search
3. ЭБС «Университетская Библиотека Онлайн» [Электронный ресурс] . – Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Федеральные порталы, образовательные ресурсы:

1. 1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Федеральное агентство по туризму Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.russiatourism.ru
3. Национальный туристический портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://russia.travel

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света – справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru

2. Кругосвет – интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.krugosvet.ru

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. – Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.library.ru
3. Российская национальная библиотека[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nlr.ru

Федерации, ассоциации и союзы:

1. Ассоциации содействия туристским технологиям[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.astt.ru

Периодические издания:

1. Вестник Национальной академии туризма[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nat-moo.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

- титульный лист,
- оглавление,
- введение,
- основную часть,
- заключение,
- библиографический список.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат завершается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.

5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.

6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.

7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.

8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

Рекомендации студентам по подготовке презентаций

Чтобы презентация хорошо воспринималась слушателями и не вызывала отрицательных эмоций (подсознательных или вполне осознанных), необходимо соблюдать правила ее оформления.

1. Опустите ненужные частности на слайде презентации

- Уменьшите количество слов на слайде.
- Опустите все ссылки на источники и примечания.

2. Увеличьте размер шрифта

На слайдах, предназначенных для того, чтобы раздать собравшимся, размер шрифта должен быть 10, а для демонстрации – не менее 18.

3. Увеличьте графические изображения

Убедитесь, что каждый графический элемент хорошо виден с задних рядов аудитории.

4. Измените цвет фона и текста

- На слайдах, предназначенных для демонстрации, пишите текст светлым шрифтом по темному фону.
- На слайдах, которые будете раздавать слушателям, пишите текст темным шрифтом по светлому фону.

5. Ограничьте цветовую палитру минимальным набором цветов

Во время всей презентации используйте не более трех-четырех цветов.

6. Используйте «Маркеры абзаца»

- Начинайте все абзацы одинаково (например, с глагола в одном и том же времени).
- Следите за тем, чтобы каждый абзац выражал законченную мысль. Не пользуйтесь слайдами, на которых есть лишь список слов (например, план, внедрение, оценка).

7. Используйте таблицы

- Таблицы должны быть простыми и краткими. Приводите в них только существенную информацию. Ограничьте их размер до одной страницы.
- Упорядочьте их по столбцам, а не строкам: в столбцах удобнее читать.

8. Используйте рисунки (картинки)

- Старайтесь не пользоваться стандартными средствами для вставки готовых фрагментов Microsoftclipart.

- Убедитесь, что картинки выдержаны в тоне презентации (например, не используйте формат комиксов на серьезной презентации).
- Желательно избегать в презентации рисунков, не несущих смысловой нагрузки.

9. Используйте видеоматериалы

- Вставка видеозарисовок по ходу презентации помогает разнообразить встречу и способствует концентрации внимания слушателей.
- Анимационные эффекты используются для привлечения внимания слушателей или для демонстрации динамики развития какого-либо процесса.

10. Используйте графики

- Не включайте в презентацию графики только ради того, чтобы они у вас были, поскольку неуместное использование графиков никак не улучшает презентацию.
- Используйте типы графиков, которые лучше всего иллюстрируют идею, которую вы стараетесь донести.
- Рисуйте простые графики; каждый график должен иллюстрировать одну мысль.
- Назовите каждый график так, чтобы название было содержательным.
- Используйте цвета для того, чтобы выделить какие-то моменты, а не сделать график симпатичным.
- Укажите единицы измерения (речь идет о десятках, тысячах или миллионах?).
- Не загружайте слайд ненужными примечаниями.
- Цвет графических изображений не должен резко контрастировать с общим стилевым оформлением слайда;
- Если графическое изображение используется в качестве фона, то текст на этом фоне должен быть хорошо читаем.

11. Используйте звуковое оформление

- Звуковое сопровождение должно отражать суть или подчеркивать особенность темы слайда, презентации;
- Необходимо выбрать оптимальную громкость, чтобы звук был слышен всем слушателям, но не был оглушительным;
- Если это фоновая музыка, то она должна не отвлекать внимание слушателей и не заглушать слова докладчика.

12. Правильно применяйте цифровые данные

- Проследите за тем, чтобы группы данных были дискретными (например, 1-10, 11-20, а не 1-10, 10-20).
- Данные необходимо подобрать так, чтобы их было удобно читать (например, упорядочить их по возрастанию или убыванию).
- Внизу под графиком укажите количество использованных в нем точек данных (например, п = 10).

- Ограничьте количество групп данных до шести. (Выберите пять самых важных групп)

13. Используйте единое стилевое оформление

- Стиль может включать: определенный шрифт (гарнитура и цвет), цвет фона или фоновый рисунок, декоративный элемент небольшого размера и др.;
- Не рекомендуется использовать в стилевом оформлении презентации более 3 цветов и более 3 типов шрифта;
- Оформление слайда не должно отвлекать внимание слушателей от его содержательной части;
- Все слайды презентации должны быть выдержаны в одном стиле.

14. Правильно применяйте текстовую информацию

- Для основного текста на слайдах не рекомендуется использовать прописные буквы.
- Шрифтовой контраст можно создать посредством: размера шрифта, толщины шрифта, начертания, формы, направления и цвета.
- Размер шрифта: 24–54 пункта (заголовок), 18–36 пунктов (обычный текст);
- Цвет шрифта и цвет фона должны контрастировать (текст должен хорошо читаться), но не резать глаза;
- Тип шрифта: для основного текста используйте гладкий шрифт без засечек (Arial, Tahoma, Verdana), для заголовка можно использовать декоративный шрифт, если он хорошо читаем;
- Курсив, подчеркивание, жирный шрифт, прописные буквы рекомендуется использовать только для смыслового выделения фрагмента текста;
- Шрифты с засечками (TimesNewRoman) читаются легче, чем гротески (шрифты без засечек).

15. Правильно выбирайте цветовую гамму

- Цветовая гамма должна состоять не более чем из двух-трех цветов.
- Существуют не сочетаемые комбинации цветов.
- Черный цвет имеет негативный (мрачный) подтекст.
- Белый текст на черном фоне читается плохо (инверсия плохо читается).

16. Правильно располагайте информационные блоки на слайде

- Информационных блоков не должно быть слишком много (3-6);
- Рекомендуемый размер одного информационного блока — не более 1/2 размера слайда;
- Желательно присутствие на странице блоков с разнотипной информацией (текст, графики, диаграммы, таблицы, рисунки), дополняющей друг друга;
- Ключевые слова в информационном блоке необходимо выделить;
- Информационные блоки лучше располагать горизонтально, связанные по смыслу блоки — слева направо;

- Наиболее важную информацию следует поместить в центр слайда;

17. Соблюдайте правила общей композиции

- На полосе не должно быть больше семи значимых объектов, так как человек не в состоянии запомнить за один раз более семи пунктов.
- Логотип на полосе должен располагаться справа внизу (слева наверху и т. д.).
- Логотип должен быть простой и лаконичной формы.
- Дизайн должен быть простым, а текст — коротким.
- Изображения домашних животных, детей, женщин и т.д. являются положительными образами.
- Крупные объекты в составе любой композиции смотрятся довольно неважно. Аршинные буквы в заголовках, кнопки навигации высотой в 40 пикселей, разделитель одного цвета, растянутый на весь экран — все это придает дизайну непрофессиональный вид.

Выполняя вышеизложенные правила, не стоит забывать, что на каждое подобное утверждение есть сотни примеров, доказывающих обратное. Поэтому приведенные утверждения нельзя назвать общими и универсальными правилами дизайна, они верны лишь в определенных случаях.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров
2	Аудитории №№ А317, А325, А326 – помещения для	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер

	занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер	16.08.2016	Интернет-

	Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/		браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный тризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

Приложение

Приложение 1

Соответствие видов профессиональной деятельности и направленности (профиля) образовательной программы по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Квалификация: академический бакалавриат

Виды профессиональной деятельности	**Направленность (профиль)**
- педагогический; - организационно-управленческий; - научно-исследовательский; - тренерский; - организационно-методический; - рекреационно-оздоровительный.	спортивно-оздоровительный туризм

Приложение 2

Глоссарий

1. **Архетипы** - врожденные психические структуры, составляющие содержание коллективного бессознательного, и лежащие в основе символики сновидений, мифов, сказок;
2. **Ассоциация** - связь между отдельными представлениями, при которой одно из представление вызывает другое;
3. **Аудиалы** - представляют и описывают мир в слуховых образах;
4. **Аудитория рекламная** - все лица, которые могут прочитать, увидеть или услышать рекламное сообщение, переданное конкретным источником информации;
5. **Афиша** - крупноформатное листовое издание с рекламным текстом о спектакле, концерте, лекции и т.п., вывешиваемое в публичных местах;
6. **Визуалы** - воспринимают и организуют свой опыт и мышление в основном с помощью зрительных образов;
7. **Возраст** - отмеченный относительными хронологическими границами период в физиологическом, психологическом и социальном развитии человека;
8. **Вывеска** - средство наружной рекламы по месту продажи;
9. **Геральдика** - составление, толкование и изучение гербов;
10. **Жест** - телодвижение, что-нибудь выражающее и сопровождающее речь;
11. **Жизненный цикл товара** - маркетинговое понятие, отражающее основные этапы развития товара (товарного класса) с момента разработки до ухода с рынка. Большинство специалистов выделяют следующие его этапы: 1) этап разработки товара (дорыночный); 2) этап внедрения на рынок; 3) этап роста; 4) этап зрелости; 5) этап упадка или ухода с рынка. По мере продвижения товара к более поздним этапам изменяются задачи рекламы;
12. **Интегрированные маркетинговые коммуникации** (ИМК) - концепция планирования маркетинговых коммуникаций, исходящая из необходимости оценки стратегической роли отдельных средств маркетинговых коммуникаций (реклама, PR, продвижение сбыта, прямой маркетинг). Основная цель применения ИМК - поиск оптимального их сочетания для обеспечения четкости, последовательности и максимизации воздействия коммуникативных программ посредством непротиворечивой интеграции всех отдельных обращений коммуникатора;
13. **Интегрированные маркетинговые коммуникации в местах продажи** - комплексное синтетическое средство маркетинговых

коммуникаций, включающее элементы и приемы рекламы, стимулирования сбыта, прямого маркетинга, PR и др. Представляет собой коммуникационную составляющую маркетинговой технологии мерчандайзинга;

14. **Информация** - сведения об окружающем мире и протекающих в нем процессах;

15. **Каталог** - многоцветное многостраничное издание; посвящен всей номенклатуре товаров фирмы или, если номенклатура слишком обширна, - товарам одной группы; при минимуме текста материал излагается с помощью технических фотографий, чертежей, таблиц;

16. **Кинестетики** - воспринимают и оценивают окружающую действительность с помощью ощущений и чувств;

17. **Коммерческая реклама** - вид рекламы. Призвана информировать покупателя о продукции рекламодателя или стимулировать рынок;

18. **Коммуникативная эффективность рекламы** характеризуется числом охвата потребителей, яркостью и глубиной впечатлений, которые рекламные средства оставляют в памяти человека, степенью привлечения внимания;

19. **Коммуникация** - передача обращения от источника информации (коммуникатора) к получателю (реципиенту) посредством опредеенного канала;

20. **Креатив** - творческая составляющая рекламной деятельности

21. **Кросскультурные исследования** - вид сравнительного исследования, объектом и предметом которого выступает культура;

22. **Марка** - имя, термин, знак, символ, рисунок или их сочетание, идентифицирующие товары или услуги одного или нескольких производителей и отличающие их от товаров и услуг конкурентов;

23. **Маркетинговое исследование** - систематический сбор, структуризация и анализ данных, касающихся продвижения товаров и услуг от производителя к потребителю;

24. **Медиа** - 1) Средства распространения рекламы; 2) Вся совокупность средств аудио-, теле- и визуальной коммуникации;

25. **Медиа-планирование** - процесс формирования системы каналов доставки рекламных обращение, основной задачей которого является оптимизация схемы размещения рекламных материалов;

26. **Метод Д. Старча** - методика определения читаемости и воспроизведения журнальной рекламы;

27. **Мимика** - движения лица, выражающие внутреннее душевное состояние;

28. **Пол** - 1) совокупность морфологических и физиологических особенностей; 2) комплекс соматических, репродуктивных, социокультурных и поведенческих характеристик, обусловливающих личный, социокультурный и правовой статус мужчин и женщины;

29. **Политическая реклама** - реклама политических партий (объединений), органов государственной власти, государственных и общественных организаций и принимающих участие в политической деятельности отдельных граждан, их действий, идей и программ;

30. **Проспект** - многостраничное, сброшюрованное и хорошо иллюстрированное издание небольшого формата;

31. **Реклама** - 1) любая платная форма неличного предложения и представления идей, товаров и услуг от имени известного спонсора; 2) форма коммуникации, которая пытается перевести качество товаров и услуг на язык нужд и потребностей покупателей;

32. **Рекламная кампания** - комплекс взаимосвязанных рекламных мероприятий, охватывающих, определенный период времени и направленных на достижение рекламодателем конкретной маркетинговой цели

33. **Рекламное агентство** - профессиональная организация, предоставляющая своим клиентам полный или ограниченный объем услуг по планированию и проведению рекламы;

34. **Рекламодатель** - физическое или юридическое лицо, являющееся инициатором рекламного процесса и, как правило, оплачивающее его;

35. **Символика** - 1) символическое значение, приписываемое чему-либо; 2) совокупность символов;

36. **Социальная реклама** - это коммуникация с помощью СМИ и других средств связи с целью повлиять на установки людей в отношении тех или иных актуальных проблем;

37. **Спонсорство** - 1) синтетический комплекс приемов и мер, включающих в себя элементы PR, продвижения сбыта, рекламы и др., направленный на формирование благоприятного образа спонсора; 2) система взаимовыгодных отношений между спонсором и спонсируемой стороной, устанавливаемых, как правило, договором, по которому спонсор предоставляет определенные ресурсы (финансовые, материальные и др.), а спонсируемая сторона содействует достижению маркетинговых целей спонсора;

38. **Стереотип** - стойкие эмоционально окрашенные представления об окружающей действительности, с оттенком упрощения. Часто основой для создания стереотипов являются различные предубеждения;

39. **Товарный знак** - отличительное обозначение, присвоенное товару для индивидуализации его и его производителя;

40. **Транспортная реклама** - форма наружной рекламы, носители которой располагаются на бортах транспортных средств, в залах ожидания, на перронах, остановках. К ней относится также внутритранспортная реклама и радиореклама на транспорте;

41. **Целевая аудитория** - определенная группа людей, конкретный сегмент массы текущих и потенциальных потребителей с выделением специфических признаков, в том числе демографических, психологических, социально-культурных;

42. **Целевая аудитория рекламного обращения** - основная и наиболее важная для рекламодателя категория получателей рекламного обращения, потенциальные покупатели рекламируемого товара;

43. **Экономическая эффективность рекламы** - это экономический результат, полученный от применения рекламного средства или организации рекламной кампании;

44. **Эмблема** - условное или символическое изображение каких-либо идей, мероприятия, фирмы. Может быть выполнена на основе изобразительного символа, названия или аббревиатуры фирмы, а также как их комбинация;

45. **Эффективность рекламы** - это результат, полученный от применения рекламного средства или организации рекламной кампании;

46. **Ярмарка** - демонстрация образцов, которая представляет собой крупный рынок товаров индивидуального потребления или средств производства.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ОСНОВЫ ТУРИЗМА

основной образовательной программы
направления подготовки **49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»**

Направленность (профиль подготовки): ***«Спортивно-оздоровительный туризм»***

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс - 3
Семестр – 5
Итоговая форма контроля – зачет

Рабочую программу разработал:
Васильева З.В., к.п.н., доцент

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта . 2
2. Результаты обучения по дисциплине 2
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 5
5. Содержание дисциплины 6
5.1 Количество часов по видам занятий 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 7
5.2.1 Содержание лекционных занятий 7
5.2.2 Содержание практических и семинарских занятий 10
6. Самостоятельная работа студентов 11
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 13
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 13
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 17
7.2.1 Формы текущего и промежуточного контроля 17
7.2.2 Тестовые задания для текущего контроля 17
Типовые контрольные задания или иные материалы 17
7.2.3 Вопросы к зачету 19
7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи 21
8. Перечень литературы 23
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 25
9.1. Электронные библиотечные системы 25
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 25
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 27
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 34
12. Лицензионное программное обеспечение 34

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26 ноября 2020 г., №83 от 08 февраля 2021 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом:

Результаты обучения по дисциплине	Соотнесенные профессиональные стандарты и код трудовой функции	Формируемые компетенции
Знает: - особенности и состав туристского продукта и его составных элементов; - составные части туроператорской деятельности; - основные этапы развития мировой индустрии туризма как экономической категории; - современное состояние мирового туристского рынка и факторы его развития; - роль государства в управлении индустрией туризма; - структуру высшего профессионального образования в РФ, роль изучаемой дисциплины в непрерывной подготовке специалистов и её связь с другими дисциплинами;	ПС 04.005 «Экскурсовод (гид)» B/01.5 Организация экскурсий C/01.6 Разработка экскурсий	ПК-7, ПК-8

- основные профессиональные требования к специалисту в области социально-культурного сервиса и туризма;		
Умеет: - компетентно определять необходимую структуру и содержание туристского продукта; - применять методику и технологию организации всех элементов и компонентов въездного туризма; - применять методику и технологию организации всех элементов и компонентов выездного туризма; - применять технологии и общие закономерности реализации продукта в туристской индустрии - разбираться в основных проблемах мировой индустрии туризма на современном этапе развития общества; - владеть методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в области социально-культурного сервиса и туризма, как в целом, так и в отдельных странах или регионах; - применять методы и приемы научного исследования для анализа проблем мировой индустрии туризма; - планировать и организовывать учебный процесс с учетом требований дисциплин специализации и учебных практик; - использовать технические средства в учебном процессе.	ПС 04.005 «Экскурсовод (гид)» B/01.5 Организация экскурсий C/01.6 Разработка экскурсий	ПК-7, ПК-8
Имеет опыт: - создания новых туристских продуктов и услуг с использованием современных технологий и методов проектирования во въездном туризме; - создания новых туристских продуктов и услуг с использованием	ПС 04.005 «Экскурсовод (гид)» B/01.5 Организация экскурсий	ПК-7, ПК-8

современных технологий и методов проектирования во в выездном туризме; - владеет навыками и приемами реализации туристского продукта с использованием информационных и коммуникативных технологий - владеть методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в области туризма, как в целом, так и в отдельных странах или регионах;	С/01.6 Разработка экскурсий	

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Основы туризма» входит в профессиональный цикл дисциплин (Б1.В.ДВ.06.02) и базируется на знаниях, умениях и навыках полученных при изучении таких дисциплин, как «Оценка туристско-рекреационного потенциала», «Технологии въездного и выездного туризма».

По освоении данной дисциплины студент должен обладать следующими компетенциями:

Матрица соответствия компетенций

Название компетенции	Шифр
Профессиональные компетенции	ПК-7, ПК-8.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Трудоемкость дисциплины 108 часа, из них 6 аудиторных часов аудиторной работы, 98 часов самостоятельной работы, 4 часа подготовка к зачету.

Учебный процесс по курсу «Основы туризма» проводится в форме лекций, семинарских занятий, практических и самостоятельной работы студентов.

Учет успеваемости ведется в виде микрозачетов по пройденным темам, зачета, проводимого в срок, установленный учебным планом. Зачеты выставляются за знание пройденных разделов теоретического курса и выполнение установленных требований по практической и самостоятельной работе.

Виды учебной работы	Всего часов	Семестр
Контактная работа преподавателя со студентами	6	

Лекции	2	5
Практические/семинарские занятия	4	
Лабораторные работы	-	
Аттестация – зачет	4	
Самостоятельная работа	98	
Общая трудоемкость, часы	108	
Общая трудоемкость, **3Е**		

5. Содержание дисциплины
5.1 Количество часов по видам занятий

Наименование темы	Всего	Лекции	Практические	Семинары	Самостоят. работа
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
1. Путешествия и туризм его исторические аспекты развития					4
2. Общие основы теории туризма		2			10
3. Современное состояние мирового туризма и факторы, влияющие на развитие туристской отрасли					10
4. Организационные формы и разновидности туризма			2		10
5 .Социально-экономическое и гуманитарное значение туризма в жизни общества					8
6. Тенденции развития сферы гостеприимства и туризма в нашей стране и за рубежом					14
7.Технологии организации различных туров.			2		20
8. Концепции развития туризма в Смоленской области					22
Самостоятельная подготовка к зачету	4				
Всего часов	**108**				
Трудоемкость дисциплины: 3 з.е.					

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий (не предусмотрены)

Тема 2. Общие основы теории туризма

ЛЕКЦИЯ

Определение и характеристика туризма и туристской деятельности. Туристская индустрия и инфраструктура туризма. Маршрут путешествия, туристский маршрут, тур. Туристский продукт, продвижение туристского продукта. Классификация туров (по географической привязке к местности, по сезонности, по способу передвижения). Организаторы туризма. Туроператорская и турагентская деятельность. Туристская путевка и туристский ваучер. Международный туристский ваучер. Документальное оформление взаимоотношений турфирмы с клиентом. Виды туристских документов.

Изучение темы направлено на приобретение ***знаний*** особенностей организации туристской деятельности в России, ***умений*** компетентно определять необходимую структуру и содержание туристского продукта; применять на практике знания по созданию туристского продукта; ***опыта*** создания новых туристских продуктов и услуг с использованием современных технологий и методов проектирования ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-7, ПК-8).*

Тема 3. Современное состояние мирового туризма и факторы, влияющие на развитие туризма

ЛЕКЦИЯ

Характеристика современного состояния мирового туризма согласно данным ВТО. Межрегиональная конкуренция и её значение в развитии мирового туризма. Международный этический Кодекс туризма. Политические, экономические и социальные факторы, влияющие на развитие туристской отрасли. Факторы, влияющие на конкурентоспособность туристского обслуживания.

Изучение темы направлено на приобретение ***знаний*** факторов влияющих на развитие туризма, а также современное состояние мирового туризма и

особенностей организации международной туристской деятельности, ***умений*** компетентно определять необходимую структуру и содержание туристского продукта; применять на практике знания по созданию туристского продукта; ***опыта*** создания новых туристских продуктов и услуг с использованием современных технологий и методов проектирования ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-7, ПК-8).*

Тема 4. Организационные формы и разновидности туризма

Классификация форм и основных категорий туризма, их краткая характеристика. Цели туризма и туриста. Причины динамичного развития туризма во второй половине XX века и в настоящее время. Определение туриста и экскурсанта, как потребителей услуг и товаров в индустрии гостеприимства. Общие и специфические признаки экскурсий. Надежность туристской фирмы. Терминология туризма.

Изучение темы направлено на приобретение ***знаний*** Организационных форм и разновидностей туризма, а также современное состояние мирового туризма и особенностей организации международной туристской деятельности, ***умений*** компетентно определять необходимую структуру и содержание туристского продукта; применять на практике знания по созданию туристского продукта; ***опыта*** создания новых туристских продуктов и услуг с использованием современных технологий и методов проектирования ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-7, ПК-8).*

Тема 5. Социально-экономическое и гуманитарное значение туризма в жизни общества

Сущность туризма. Характеристика туризма как сложной социально-экономической системы. Туристский продукт. Туристские услуги. Туристский спрос и туристское предложение. Три основных вида предложений на туристском рынке. Федеральный Закон РФ «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации».

Экономическое значение туризма. Сферы экономического воздействия. Влияние внешних факторов на туристское производство.

Социальное значение туризма и его функции. Прямое и косвенное влияние социального значения туризма на повышение уровня жизни населения. Гуманитарное значение туризма и его функции. Современное состояние мирового туристского рынка и основные факторы его развития. Характеристика экономических факторов развития туризма. Система экономических показателей туризма. Экономическая эффективность туризма. Влияние индустрии туризма на экономику страны.

Изучение темы направлено на приобретение ***знаний*** о сущности туризма и его характеристики как сложной социально-экономической системы, ***умений*** владеть методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в области социально-культурного сервиса и туризма, как в целом, так и в отдельных странах или регионах; ***опыта*** владеть методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в области туризма, как в целом, так и в отдельных странах или регионах; ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-7, ПК-8).*

Тема 6. Тенденции развития сферы туризма и гостеприимства

Стратегия развития социально-культурного сервиса и туризма в Российской Федерации. Тенденции развития сферы туризма и гостеприимства за рубежом (в постиндустриальном обществе). Направления совершенствования материально-технического оснащения предприятий сервиса и туризма. Проблемы взаимоотношений между сферой высшего образования и туриндустрией в процессе развития общества.

Профессиональные обязанности специалиста по сервису и туризму. Изменения в индустрии гостеприимства и туризма, влияющие на процесс подготовки специалистов.

Изучение темы направлено на приобретение ***знаний*** о стратегия развития социально-культурного сервиса и туризма в Российской Федерации.; ***умений*** владеть методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в области социально-культурного сервиса и туризма, как в целом, так и в отдельных странах или регионах; ***опыта*** владеть методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в области туризма, как в целом, так и в отдельных странах или регионах; ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-7, ПК-8).*

Тема 7. Технологии организации различных туров

Методических основ составление программы тура. Уровни производства туристского продукта: создание туристских услуг, формирование турпродукта. Факторы, определяющие привлекательность турпродукта.

Правила разработки туров российскими турфирмами для иностранных туристов. Понятие «продвижение тура», основные цели и инструменты.

Изучение темы направлено на приобретение знаний технологии и общих закономерностей формирования тура в туристской индустрии, инновационных технологий в туристской деятельности, формирование умений использовать существующие пакеты прикладных программ для решения конкретных задач профессиональной деятельности в туристской индустрии, применять на практике технологические этапы формирования туров ***умений*** применять технологии и общие закономерности создания турпродукта в туристской индустрии; ***опыта*** разработки туристского продукта с использованием информационных и коммуникативных технологий ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-7, ПК-8).*

Тема 9. Концепции развития туризма в Смоленской области

Современное состояние и основные проблемы развития индустрии туризма в Смоленской области. Туристско-рекреационные зоны Смоленской области. Историко-архитектурный потенциал Смоленской области. Цели и основные задачи региональной политики. Цели и задачи развития туризма в Смоленской области. Перспективные виды внутреннего въездного туризма в регионе.

Изучение темы направлено на приобретение ***знаний*** современное состояние и основных проблем развития индустрии туризма в Смоленской области, применять на практике технологические этапы формирования туров ***умений*** применять технологии и общие закономерности создания турпродукта в туристской индустрии; ***опыта*** разработки туристского продукта с использованием информационных и коммуникативных технологий ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-7, ПК-8).*

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

5.2.2 Содержание практических и семинарских занятий

Тема 4. Организационные формы и разновидности туризма

Классификация форм и основных разновидностей туризма. Краткая характеристика въездного и выездного туризма, самодеятельного и социального туризма. Основные цели туризма и туриста (отдых, развлечения, лечебно-оздоровительные цели, спорт, паломничество, деловые цели, встречи с родственниками).

Разработка программы похода или экскурсии по территории Смоленской области.

Изучение темы направлено на приобретение ***знаний*** Организационных форм и разновидностей туризма, а также современное состояние мирового туризма и особенностей организации международной туристской деятельности, ***умений*** компетентно определять необходимую структуру и содержание туристского продукта; применять на практике знания по созданию туристского продукта; ***опыта*** создания новых туристских продуктов и услуг, в том числе экскурсионных, с использованием современных технологий и методов проектирования ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-7, ПК-8).*

Тема 6. Тенденции развития сферы туризма и гостеприимства

Стратегия развития социально-культурного сервиса и туризма в Российской Федерации. Тенденции развития сферы туризма и гостеприимства за рубежом. Направления совершенствования материально-технического оснащения предприятий сервиса и туризма. Проблемы взаимоотношений между сферой высшего образования и туриндустрией в процессе развития общества

Профессиональные обязанности специалиста по сервису и туризму. Изменения в индустрии гостеприимства и туризма, влияющие на процесс подготовки специалистов.

Изучение темы направлено на приобретение ***знаний*** о стратегия развития социально-культурного сервиса и туризма в Российской Федерации.;

умений владеть методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в области социально-культурного сервиса и туризма, как в целом, так и в отдельных странах или регионах; ***опыта*** владеть методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в области туризма, как в целом, так и в отдельных странах или регионах; ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-7, ПК-8).*

Тема 7. Технологии организации различных туров

Методических основ составление программы тура. Уровни производства туристского продукта: создание туристских услуг, формирование турпродукта. Факторы, определяющие привлекательность турпродукта.

Правила разработки туров российскими турфирмами для иностранных туристов. Понятие «продвижение тура», основные цели и инструменты.

Изучение темы направлено на приобретение знаний технологии и общих закономерностей формирования тура в туристской индустрии, инновационных технологий в туристской деятельности, формирование умений использовать существующие пакеты прикладных программ для решения конкретных задач профессиональной деятельности в туристской индустрии, применять на практике технологические этапы формирования туров ***умений*** применять технологии и общие закономерности создания турпродукта в туристской индустрии; ***опыта*** разработки туристского продукта с использованием информационных и коммуникативных технологий ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-7, ПК-8).*

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню литературы (раздел 8 рабочей программы).

6. Самостоятельная работа студентов

Самостоятельная работа студентов, направленная на углубление и закрепление знаний, а также развитие практических умений заключается в:

- работе студентов с лекционным материалом, поиск и анализ литературы и электронных источников информации по заданной проблеме;
- выполнении домашних заданий;
- переводе материалов из тематических информационных ресурсов с иностранных языков;
- изучении теоретического материала к практическим занятиям;
- подготовке к зачету.

Тематика разделов для самостоятельной работы:

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
1. Путешествия и туризм его исторические аспекты развития	4		5 семестр
2. Общие основы теории туризма	10	конспект	5 семестр
3. Современное состояние мирового туризма и факторы, влияющие на развитие туристской отрасли	10	конспект	5 семестр
4. Организационные формы и разновидности туризма	10	конспект	5 семестр
5 .Социально-экономическое и гуманитарное значение туризма в жизни общества	8	конспект	5 семестр
6. Тенденции развития сферы гостеприимства и туризма в нашей стране и за рубежом	14	конспект	5 семестр
7. Технологии организации различных туров	20	конспект	5 семестр
8. Концепции развития туризма в Смоленской области	22	конспект	5 семестр

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;

2. Работа в Научной библиотеке СГУС;

3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;

4. Работа с материалами УМК.

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом, у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат (сообщение, презентацию). В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
ПК-7 – способен к деятельности по организации, реализации и проведению экскурсионных услуг	ПС 04.005 «Экскурсовод (гид)» B/01.5 Организация экскурсий C/01.6 Разработка экскурсий	**Знает (пороговый уровень):** - законы и иные нормативные правовые акты Российской Федерации в сфере туризма; - историко-культурные и географические достопримечательности регионов РФ; - объекты показа; - туристские ресурсы Российской Федерации. **Умеет (стандартный уровень):** - учитывать потребности экскурсионных групп и индивидуальных туристов; **Имеет опыт (эталонный уровень):** - анализа программ экскурсий; - отбора экскурсионных объектов для будущей экскурсии.
ПК-8 – способен реализовывать технологии турагентской и туроператорской деятельности		**Знает (пороговый уровень):** - технологии создания туров; - процесс и технологии производства национального туристского продукта

		- схемы сотрудничества туроператоров с национальными туристскими поставщиками; - стратегии развития въездных туристских потоков в России; - методы формирования зарубежной партнерской сети; - права и обязанности туроператора и meet-компании по договору о взаимном сотрудничестве; - формы сотрудничества туроператоров и зарубежных гостиничных предприятий - основные направления выездного туризма из РФ; - применять основные методы анализа туристского рынка. **Умеет (стандартный уровень):** - самостоятельно находить и использовать различные источники информации по туристской деятельности - применять методику организации выездных и въездных туров, - использовать теорию туроперейтинга и направления ее практического применения при организации выездных и въездных туров; - определять схемы взаимоотношений отечественных туроператоров с зарубежными отелями, транспортными кампаниями и другими поставщиками туристских услуг; - анализировать туристские ресурсы стран; - понимать, анализировать и обосновывать взаимосвязь основных понятий и категорий туроператорской деятельности; - применять современные информационные и коммуникативные технологии в реализации туристского продукта и предоставлении услуг. **Имеет опыт (эталонный уровень):** - формирует туристский продукт, в т.ч. на основе современных информационно-коммуникативных технологий, а также с учетом индивидуальных и специальных требований туриста, - организует продажу туристского продукта и отдельных туристских услуг,

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

• ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Критерии оценки уровня развития компетенций

у студентов в рамках учебного курса, их соответствие по 4-х уровневой шкале

Критерии оценки компетенций	Традиционная (4-х уровневая) шкала оценки
«Отлично» – очень высокий уровень развития компетенций, отвечает всем требованиям ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	отлично
«Очень хорошо» – высокий уровень развития компетенций, отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	хорошо
«Хорошо» – уровень развития компетенций выше среднего, отвечает всем основным требованиям, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые из выполненных заданий, могут содержать ошибки	хорошо
«Удовлетворительно» – средний уровень развития компетенций, отвечает большинству основных требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не являются существенными, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, значительная часть заданий выполнены с ошибками	удовлетворительно
«Посредственно» уровень развития компетенций ниже среднего, не отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены, либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	удовлетворительно
«Неудовлетворительно» – низкий уровень развития компетенций, теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному.	Неудовлетво-рительно

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего и промежуточного контроля

Текущий контроль качества усвоения знаний проводится регулярно в течение всего семестра. Включает в себя тестовые задания и письменные работы.

Промежуточный контроль качества усвоения знаний: знать теоретический материал в соответствии с программой, сдать зачет по пройденным темам.

5 семестр – зачет.

7.2.2 Тестовые задания для текущего контроля

Типовые контрольные задания или иные материалы

Самостоятельное изучение заданного материала проверяется на каждом практическом занятии посредством устного опроса или в форме докладов подготовленных в виде презентаций, с использованием видео- и аудиоматериалов.

Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль качества усвоения знаний проводится регулярно в течение всего семестра. Включает в себя тестовые задания и письменные работы.

Итоговый контроль качества усвоения знаний: знать теоретический материал в соответствии с программой, сдать зачет по пройденным темам.

ТЕСТЫ

Тестирование примерные задания

(из трех предложенных один ответ верный)

1. ***Дайте определение понятия «путешествие»:***

А) Единичный акт циклической миграции населения с возвращением в постоянное место жительства.

Б) Передвижение по какой-либо территории, акватории для их изучения, а также с общеобразовательными, познавательными, спортивными и другими целями.

В) Передвижение по какой-либо территории с любой целью, в том числе с целью перемены места жительства и заработка денег.

2. ***Кого принято считать основателем современного туризма?***

А) Томаса Кука.

Б) Роберта Смарта.

В) Васко да Гама.

3. Где было открыто первое в истории туристское бюро?
А) В Берлине.
Б) В Лондоне.
В) В Париже.

4. Из предложенных определений выберите определение понятия «туризм»:
А) Временный выезд людей с постоянного места жительства в целях вакационных, оздоровительных, познавательных или профессионально-деловых без занятия оплачиваемой деятельности в месте временного пребывания.
Б) Временный выезд людей с постоянного места жительства в целях вакационных, оздоровительных, в том числе с целью поиска заработка.
В) Временный выезд людей с постоянного места жительства с целью заработка и перемены постоянного места жительства.

5. ***Закончите определение понятия «туристы - это...»:***
А) Лица, которые перемещаются за пределами своей страны, своего места жительства между двумя и более пунктами, независимо от цели.
Б) Лица, которые путешествуют с любой целью, кроме поиска заработка и перемены постоянного места жительства, при сроке пребывания не менее 24 часов.
В) Лица, путешествующие с любой целью, кроме поиска заработка и перемены постоянного места жительства, при сроке пребывания вне своего места жительства менее 24 часов.

6. Из предложенных вариантов ответов выберите тот, в котором перечислены факторы, влияющие на развитие туризма:
А) Политические, экономические, социальные, распространение культуры и образования, развитие транспорта и средств информации.
Б) Природные богатства, ресурсы гостеприимства, инфраструктура, материальная база.
В) Природно-экологические, социально-экономические, политические, демографические.

7. Какая организация является самой влиятельной в сфере туризма?
А) Всемирная организация туристских агентств.
Б) Всемирная туристская организация.
В) ЮНЕСКО.

8. Когда празднуется Всемирный день туризма?
А) 30 сентября.
Б) 27 сентября.
В) 27 октября.

9. Перечислите условия, необходимые для успешного развития туризма:
А) Политические, развитие транспортной индустрии, развитие местной промышленности.
Б) Природные богатства, инфраструктура, материальная база, транспортные услуги, ресурсы гостеприимства.
В) Природно-экологические, социально-экономические, демографические.

10. Дайте определение понятия «материальная база»:
А) Подземные и наземные сооружения, необходимые для удовлетворения потребностей туристской индустрии.
Б) Основные наземные постройки, необходимые для удовлетворения требований туристов с точки зрения удобств и эстетического восприятия.
В) Туристские фирмы, занимающиеся организацией и продажей туристских поездок.

11. К инфраструктуре места отдыха можно отнести:
А) Музеи, памятники архитектуры.
Б) Библиотеки, мотели, турбазы, кафе.
В) Освещение, коммуникации, автострады.

Письменные задания:

Вариант №1
1. Какие выделяют этапы развития мирового туризма
2. Какие функции имеет туризм
3. Как влияет туризм на социальные проблемы общества

Вариант №2
1. Дайте определение понятиям и целям туристкой статистики.
2. Составьте макет туристского продукта
3. Охарактеризуйте понятие «туристская путевка» «ваучер»

Вариант №3
1. Какие функции имеет туризм
2. Назовите основные типы туристских гостиниц.
3. Охарактеризуйте гуманитарное значение туризма и функциональные требования к ним**.**

7.2.3 Вопросы к зачету

ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ОСНОВЫ ТУРИЗМА»

1. Исторические аспекты развития мирового туризма. Путешествия и начала туризма.
5. Современное состояние мирового туризма.
6. Всемирная туристская организация (ЮНВТО).

7. Дать характеристику видов туристских документов (туристская путевка и туристский ваучер. Международный туристский ваучер. Документальное оформление взаимоотношений турфирмы с клиентом).
8. Факторы, определяющие динамику развития туриндустрии и оказывающие решающее влияние на формирование туристских потребностей.
9. Факторы, влияющие на конкурентоспособность туристского обслуживания.
10. Прогнозы и перспективы развития мирового туризма
11. Туристские ресурсы. Туристская территория (акватория). Пропускной потенциал и его разновидности. Туристские ресурсы региона (ресурсный потенциал конкретной территории).
12. Определение и характеристика туризма и туристской деятельности. Туристская индустрия и инфраструктура туризма.
13. Маршрут путешествия, туристский маршрут, тур. Туристский продукт, продвижение туристского продукта.
14. Классификация туров и маршрутов (по географической привязке к местности, по сезонности, по способу передвижения, по построению трассы путешествия).
15. Организаторы туризма. Туроператорская и турагентская деятельность. Туристская путевка и туристский ваучер. Документальное оформление взаимоотношений турфирмы с клиентом. Виды туристских документов.
16. Классификация форм и основных категорий туризма, их краткая характеристика. Цели туризма и туриста. Причины динамичного развития туризма во второй половине XX века и в настоящее время.
17. Определение туриста и экскурсанта, как потребителей услуг и товаров в индустрии гостеприимства. Общие и специфические признаки экскурсий. Надежность туристской фирмы.
18. Характеристика основных составляющих определений, данных в Федеральном Законе РФ «Об основах туристской деятельности».
19. Характеристика факторов влияющих на успешное функционирование туристского центра и предпринимательства.
20. Характеристика факторов влияющих на конкурентоспособность туристского обслуживания.
21. Экономическое значение туризма. Сферы экономического воздействия. Влияние внешних факторов на туристское производство.

22. Основные факторы влияющие на развитие туристского рынка. Факторы, влияющие на формирование туристских потребностей.
23. Определение понятия туристского рынка его схемы.
24. Определить особенности туристского рынка.
25. Туристские потребности туристский маркетинг.
26. Дифференциация туристского рынка его сигментация.
27. Охарактеризовать структуру международного туристского рынка.
28. Виды предпринимательства в сфере туризма. Участники туристского сектора.
29. Социальное значение туризма и его функции. Прямое и косвенное влияние социального значения туризма на повышение уровня жизни населения.
30. Гуманитарное значение туризма и его функции.
31. Особенности понятия и схем туристского рынка.
32. Туристические потребности и туристский маркетинг.
33. Структура международного туристского рынка и его дифференциация.
34. Виды предпринимательства в сфере туризма.
35. Типы и категории туризма (с точки зрения спроса).
36. Классификация туристского спроса по целям поездок.
37. Особенности организационно-управленческой деятельности специалиста по туризму.
38. Техническое оснащение и общие требования к оборудованию офиса турфирмы.
39. Стратегия развития туризма в Российской Федерации.
40. Концепции развития туризма в Смоленской области.
41. Тенденции развития социально-культурного сервиса и туризма за рубежом.
42. Проблемы и перспективы развития инфраструктуры туризма в Смоленской области.
43. Современное состояние мирового туризма.
44. Факторы, определяющие динамику развития туриндустрии и оказывающие решающее влияние на формирование туристских потребностей.
45. Факторы, влияющие на конкурентоспособность туристского обслуживания.

7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи

Практическое задание 1. Проанализируете приведенные ниже определения понятия «инфраструктура туризма». Приведите свое определение.

1. «Инфраструктура туризма представляет собой совокупность экономических, социальных. Культурных и природных ресурсов, используемых в туристских целях, и характеризует уровень развития различных элементов туристской индустрии, включая уровень развития многих хозяйственных отраслей: шоссейных и железных дорог, аэропортов, связи, водоснабжения, канализации, электроснабжения и т.п.».
2. «Инфраструктура туризма – подземные и надземные сооружения, необходимые для удовлетворения потребностей туристской индустрии (автостоянки, освещение, автострады, близость аэропортов и пр.)».
3. «Инфраструктура туризма – это совокупность инженерных, транспортных. Коммуникационных, энергетических и прочих сооружений, обеспечивающих нормальную жизнедеятельность региона».

Практическое задание 2. Выберите то, что можно отнести к инфраструктуре туризма:

- театры;
- памятники архитектуры;
- музеи;
- библиотеки;
- гостиницы;
- турбазы;
- рестораны;
- освещение;
- коммуникации;
- автострады;
- аэропорты;
- связь;
- водоснабжение;
- канализация;
- электроснабжение.

Практическое задание 3. Охарактеризуйте основные виды инфраструктуры туризма, определяющие состояние региона. Определите, какие из перечисленных народнохозяйственных объектов относятся к общей инфраструктуре, специальной туристской инфраструктуре, информационной инфраструктуре:

- шоссейные дороги;
- железные дороги;
- аэропорты;

- водоснабжение населенного пункта;
- канализация населенного пункта;
- электроснабжение гостиничных комплексов;
- коммуникационные сооружения города;
- подъездные пути к объектам туризма;
- пешеходные тропы;
- почта;
- автономные системы канализации и утилизации отелей;
- отдельные сети телекоммуникации;
- информационные центры;
- сайты;
- туристские представительства в населенных пунктах.

Практическое задание 4. Выберите любое конкретное предприятие индустрии туризма, соберите информацию о нем. Заполните следующую таблицу.

Предприятие индустрии туризма	Название предприятия индустрии туризма	Краткая характеристика предприятия туризма	Услуги, предоставляемые предприятием индустрии туризма
Туристская фирма			
Транспортное предприятие			
Гостиница			
Предприятие питания			
Казино			

8. Перечень литературы

1. **Киреева, Ю.А.** Основы туризма [Электронный ресурс]: учеб.-практ. пособие / Ю.А. Киреева .— 2-е изд., стер. — М.: Советский спорт, 2010 .— 108 с. — ISBN 978-5-9718-0497-0 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271117
2. **Кусков, А.С.** Основы туризма : учебник / Кусков А.С., Джаладян Ю.А. — Москва : КноРус, 2011. — 388 с. — ISBN 978-5-406-01519-3. — URL: https://book.ru/book/908357 Текст: электронный.

3. **Кусков, А.С.** Основы туризма.: учебник / Кусков А.С., Джаладян Ю.А. — Москва: КноРус, 2019. — 396 с. — (для бакалавров). — ISBN 978-5-406-06905-9. — URL: https://book.ru/book/930568 Текст: электронный.
4. **Основы туризма** (Ростуризм): учебник / под ред Писаревская,О.И. и др. — Москва : Федеральное агентство по туризму, 2014. — 374 с. — ISBN 978-5-4365-0134-5. — URL: https://book.ru/book/919712 Текст: электронный.
5. **Курило, Л.В.** Основы экскурсионной деятельности [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Смирнова, Л.В. Курило .— М.: Советский спорт, 2012 .— 207 с. : ил. — (Профессиональное туристское образование) .— ISBN 978-5-9718-0553-3 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271125
6. **Уокер, Дж. Р.** Введение в гостеприимство = Introduction to Hospitality [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Дж. Р. Уокер .— 4-е изд. — М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015 .— 736 с. : ил. — (Зарубежный учебник) .— Пер. с англ. — ISBN 978-0-13-119101-2 (англ.) .— ISBN 978-5-238-01392-3 (рус.) .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/351729
7. **Салишева, Э.Г.** Государственное регулирование и поддержка деятельности организаций в сфере туризма на региональном уровне [Электронный ресурс] : научное издание / А.Г. Хабибрахманова, Уфим. гос. ун-т экономики и сервиса, Э.Г. Салишева .— Уфа : УГУЭС, 2014 .— 108 с. — Библиогр.: с. 92-101 . Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/350703
8. **Матюхина, Ю. А.** Индустрия туризма [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Ю. А. Матюхина .— 2-е изд., стер. — М. : ФЛИНТА, 2013 .— 157 с. — ISBN 978-5-9765-1122-4 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/246315
9. **Кусков, А. С.** Оказание туристских услуг: гражданско-правовое регулирование [Электронный ресурс] : [монография] / Н. В. Сирик, А. С. Кусков .— М. : Юстицинформ, 2013 .— 165 с. — Библиогр.: с. 148-161 .— ISBN 978-5-7205-1208-8 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/260792
10. **Дурович, А. П.** Организация туризма: учебное пособие / А. П. Дурович. – Минск : РИПО, 2020. – 297 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=599728. – Библиогр.: с. 280. – ISBN 978-985-7234-10-3. – Текст : электронный.
11. **Трусова, Н. М.** Статистика туризма: учебное пособие [Электронный ресурс] : для студентов, обучающихся по направлению подготовки 43.03.02 «Туризм» / Кемеровский государственный институт культуры, Н. М. Трусова .— Кемерово : Издательство КемГИК, 2017 .— 129 с. — Библиогр.: с.121 .— ISBN 978-5-8154-0404-5 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/640055
12. **Зайцева, Н.А.** Безбарьерный туризм: учебное пособие / Зайцева Н.А., Шуравина Д.Б. — Москва : КноРус, 2016. — 176 с. — (для бакалавров).

— ISBN 978-5-406-04896-2. — URL: https://book.ru/book/918478 Текст: электронный.

13. **Воронкова, Л.П.** История туризма и гостеприимства.: учебное пособие / Воронкова Л.П. — Москва : КноРус, 2020. — 347 с. — (бакалавриат). — ISBN 978-5-406-07379-7. — URL: https://book.ru/book/932541 Текст: электронный.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1. Электронные библиотечные системы

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/
2. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
3. ЭБС «Университетская Библиотека Онлайн» [Электронный ресурс] . – Режим доступа:https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

1. Все страны мира. – Режим доступа: http://stranymira.com/ .
2. Энциклопедия кругосвет (универсальная научно популярная онлайн энциклопедия). – Режим доступа: http://www.krugosvet.ru .
3. Федеральное агентство по туризму (Ростуризм) www.russiatourism.ru
4. Национальная академия туризма www.nat-moo.ru
5. Российский союз туриндустрии www.rustourunion.ru
6. Ежедневная электронная газета Российского союза туриндустрии www.ratanews.ru
7. Журнал «Туризм: практика, проблемы, перспективы» www.tpnews.ru
8. Журнал «Гостиница и ресторан: управление и бизнес» www.prohotel.ru
9.

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Федеральные порталы, образовательные ресурсы:

1. 1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Федеральное агентство по туризму Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.russiatourism.ru
3. Национальный туристический портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://russia.travel

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Все страны мира. – Режим доступа: http://stranymira.com/ .
2. Вокруг света – справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
3. Кругосвет – интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
4. Энциклопедия кругосвет (универсальная научно популярная онлайн энциклопедия). – Режим доступа: http://www.krugosvet.ru .
5.

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. – Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.library.ru
3. Российская национальная библиотека[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nlr.ru
4.

Федерации, ассоциации и союзы:

1. Ассоциации содействия туристским технологиям[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.astt.ru
2. Федеральное агентство по туризму (Ростуризм) www.russiatourism.ru
3. Российский союз туриндустрии www.rustourunion.ru
4.

Периодические издания:

4. Национальная академия туризма www.nat-moo.ru
5. Ежедневная электронная газета Российского союза туриндустрии www.ratanews.ru
6. Журнал «Туризм: практика, проблемы, перспективы» www.tpnews.ru
7. Журнал «Гостиница и ресторан: управление и бизнес» www.prohotel.ru
8. Вестник Национальной академии туризма[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nat-moo.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

- необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;
- записывать удобнее на одной стороне листа;
- записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;
- следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;
- на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.

2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.

3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.

4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.

5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.

6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления 7 – 10 минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат завершается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 10–15 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

Рекомендации студентам по подготовке презентаций

Чтобы презентация хорошо воспринималась слушателями и не вызывала отрицательных эмоций (подсознательных или вполне осознанных), необходимо соблюдать правила ее оформления.

1. Опустите ненужные частности на слайде презентации

- Уменьшите количество слов на слайде.
- Опустите все ссылки на источники и примечания.

2. Увеличьте размер шрифта

На слайдах, предназначенных для того, чтобы раздать собравшимся, размер шрифта должен быть 10, а для демонстрации – не менее 18.

3.Увеличьте графические изображения

Убедитесь, что каждый графический элемент хорошо виден с задних рядов аудитории.

4.Измените цвет фона и текста

- На слайдах, предназначенных для демонстрации, пишите текст светлым шрифтом по темному фону.
- На слайдах, которые будете раздавать слушателям, пишите текст темным шрифтом по светлому фону.

5. Ограничьте цветовую палитру минимальным набором цветов

Во время всей презентации используйте не более трех-четырех цветов.

6. Используйте «Маркеры абзаца»

- Начинайте все абзацы одинаково (например, с глагола в одном и том же времени).
- Следите за тем, чтобы каждый абзац выражал законченную мысль. Не пользуйтесь слайдами, на которых есть лишь список слов (например, план, внедрение, оценка).

7. Используйте таблицы

- Таблицы должны быть простыми и краткими. Приводите в них только существенную информацию. Ограничьте их размер до одной страницы.
- Упорядочьте их по столбцам, а не строкам: в столбцах удобнее читать.

8. Используйте рисунки (картинки)

- Старайтесь не пользоваться стандартными средствами для вставки готовых фрагментов Microsoftclipart.
- Убедитесь, что картинки выдержаны в тоне презентации (например, не используйте формат комиксов на серьезной презентации).
- Желательно избегать в презентации рисунков, не несущих смысловой нагрузки.

9. Используйте видеоматериалы

- Вставка видеозарисовок по ходу презентации помогает разнообразить встречу и способствует концентрации внимания слушателей.
- Анимационные эффекты используются для привлечения внимания слушателей или для демонстрации динамики развития какого-либо процесса.

10. Используйте графики

- Не включайте в презентацию графики только ради того, чтобы они у вас были, поскольку неуместное использование графиков никак не улучшает презентацию.
- Используйте типы графиков, которые лучше всего иллюстрируют идею, которую вы стараетесь донести.
- Рисуйте простые графики; каждый график должен иллюстрировать одну мысль.
- Назовите каждый график так, чтобы название было содержательным.

- Используйте цвета для того, чтобы выделить какие-то моменты, а не сделать график симпатичным.
- Укажите единицы измерения (речь идет о десятках, тысячах или миллионах?).
- Не загружайте слайд ненужными примечаниями.
- Цвет графических изображений не должен резко контрастировать с общим стилевым оформлением слайда;
- Если графическое изображение используется в качестве фона, то текст на этом фоне должен быть хорошо читаем.

11. Используйте звуковое оформление

- Звуковое сопровождение должно отражать суть или подчеркивать особенность темы слайда, презентации;
- Необходимо выбрать оптимальную громкость, чтобы звук был слышен всем слушателям, но не был оглушительным;
- Если это фоновая музыка, то она должна не отвлекать внимание слушателей и не заглушать слова докладчика.

12. Правильно применяйте цифровые данные

- Проследите за тем, чтобы группы данных были дискретными (например, 1-10, 11-20, а не 1-10, 10-20).
- Данные необходимо подобрать так, чтобы их было удобно читать (например, упорядочить их по возрастанию или убыванию).
- Внизу под графиком укажите количество использованных в нем точек данных (например, п = 10).
- Ограничьте количество групп данных до шести. (Выберите пять самых важных групп)

13. Используйте единое стилевое оформление

- Стиль может включать: определенный шрифт (гарнитура и цвет), цвет фона или фоновый рисунок, декоративный элемент небольшого размера и др.;
- Не рекомендуется использовать в стилевом оформлении презентации более 3 цветов и более 3 типов шрифта;
- Оформление слайда не должно отвлекать внимание слушателей от его содержательной части;
- Все слайды презентации должны быть выдержаны в одном стиле.

14. Правильно применяйте текстовую информацию

- Для основного текста на слайдах не рекомендуется использовать прописные буквы.
- Шрифтовой контраст можно создать посредством: размера шрифта, толщины шрифта, начертания, формы, направления и цвета.

- Размер шрифта: 24–54 пункта (заголовок), 18–36 пунктов (обычный текст);
- Цвет шрифта и цвет фона должны контрастировать (текст должен хорошо читаться), но не резать глаза;
- Тип шрифта: для основного текста используйте гладкий шрифт без засечек (Arial, Tahoma, Verdana), для заголовка можно использовать декоративный шрифт, если он хорошо читаем;
- Курсив, подчеркивание, жирный шрифт, прописные буквы рекомендуется использовать только для смыслового выделения фрагмента текста;
- Шрифты с засечками (TimesNewRoman) читаются легче, чем гротески (шрифты без засечек).

15. Правильно выбирайте цветовую гамму

- Цветовая гамма должна состоять не более чем из двух-трех цветов.
- Существуют не сочетаемые комбинации цветов.
- Черный цвет имеет негативный (мрачный) подтекст.
- Белый текст на черном фоне читается плохо (инверсия плохо читается).

16. Правильно располагайте информационные блоки на слайде

- Информационных блоков не должно быть слишком много (3-6);
- Рекомендуемый размер одного информационного блока — не более 1/2 размера слайда;
- Желательно присутствие на странице блоков с разнотипной информацией (текст, графики, диаграммы, таблицы, рисунки), дополняющей друг друга;
- Ключевые слова в информационном блоке необходимо выделить;
- Информационные блоки лучше располагать горизонтально, связанные по смыслу блоки – слева направо;
- Наиболее важную информацию следует поместить в центр слайда;

17. Соблюдайте правила общей композиции

- На полосе не должно быть больше семи значимых объектов, так как человек не в состоянии запомнить за один раз более семи пунктов.
- Логотип на полосе должен располагаться справа внизу (слева наверху и т. д.).
- Логотип должен быть простой и лаконичной формы.
- Дизайн должен быть простым, а текст – коротким.
- Изображения домашних животных, детей, женщин и т.д. являются положительными образами.
- Крупные объекты в составе любой композиции смотрятся довольно неважно. Аршинные буквы в заголовках, кнопки навигации высотой в 40 пикселей, разделитель одного цвета, растянутый на весь экран — все это придает дизайну непрофессиональный вид.

Выполняя вышеизложенные правила, не стоит забывать, что на каждое подобное утверждение есть сотни примеров, доказывающих обратное. Поэтому приведенные утверждения нельзя назвать общими и универсальными правилами дизайна, они верны лишь в определенных случаях.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров
2	Аудитории №№ А317, А325, А326 – помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных

	ONL 1Lic No level		приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный тризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ТЕХНОЛОГИЯ ВНУТРЕННЕГО ТУРИЗМА

основной профессиональной образовательной программы
направления подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 3
Семестр – 5,6
Итоговая форма контроля – зачет (6 семестр)

Рабочую программу разработала:
Бескостова А.А., к.ф.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта . 3
2. Результаты обучения по дисциплине 3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 4
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 4
5. Содержание дисциплины 5
5.1 Количество часов по видам занятий 5
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 6
5.2.1 Содержание лекционных занятий 6
5.2.2 Содержание практических занятий 7
6. Самостоятельная работа студентов 8
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 10
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 10
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 13
7.2.1 Формы текущего и промежуточного контроля 13
7.2.2 Тестовые задания для текущего контроля 13
7.2.3 Вопросы к зачету 18
7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи 19
8. Перечень литературы 24
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 25
9.1 Электронные библиотечные системы 25
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 25
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 26
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 33

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО 3++, по направлению подготовки **49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»** утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 943 от 19.09.2017 г., с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включают:

01 – Образование и наука (в сфере дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 – Культура, искусство (в сфере туризма, в сфере санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 – Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- педагогический;
- организационно-управленческий;
- научно-исследовательский;
- тренерский;
- организационно-методический;
- рекреационно-оздоровительный.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты	Формируемые компетенции

Знает: - методику, технологию организации и инфраструктуру всех элементов и компонентов внутреннего туризма; - модели развития туристских районов; - туристские ресурсы регионов, особенности туроперейтинга в их направлении.		ПК-7, ПК-8
Умеет: - использовать технологии внутреннего туризма; - организовать реализацию внутреннего туристского продукта; - проводить анализ состояния рынков различных направлений внутреннего туризма, перспективы и прогнозы их развития.		ПК-7, ПК-8
Имеет опыт: - применения методов разработки туристского продукта; - использования современных информационных и коммуникативных технологий; - выявления потребностей клиента; - применения технологий внутреннего туризма.		ПК-7, ПК-8

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Технология внутреннего туризма» входит в блок дисциплин по выбору (Б1.ДВ.07.01) и базируется на знаниях, умениях и навыках полученных при изучении специальных дисциплин.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе в 5-6 семестре по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачет.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Трудоемкость дисциплины 72 часа, из них 6 часов аудиторной работы и 62 часа самостоятельной работы, 4 часа – зачет.

Учебный процесс по курсу «Технология внутреннего туризма» проводится в форме лекций, семинарских занятий и самостоятельной работы студентов.

Учет успеваемости ведется в виде микрозачетов по пройденным темам и итогового зачета, проводимого в срок, установленный учебным планом. Зачеты выставляются за знание пройденных разделов теоретического курса и выполнение установленных требований по практической и самостоятельной работе.

Виды учебной работы	Всего часов	Семестр
Контактная работа преподавателя со студентами	6	5,6
Лекции	2 -	5 6
Практические/семинарские занятия	- 4	5 6
Лабораторные работы	0	
Аттестация – зачет	4	6
Самостоятельная работа	62	
Общая трудоемкость, часы	72	
Общая трудоемкость, ЗЕ	2	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Лекционные занятия	Методические занятия	Практические занятия	Семинарские занятия	Самостоятельная работа
Раздел 1. Инсайдинг как вид коммерческой деятельности на туристическом рынке.							
1.	Особенности туроперейтинга в сфере внутреннего туризма.						2
2.	Экономическая функция внутреннего туризма.						4
Раздел 2. Развитие регионального туристско-рекреационного комплекса России.							
3.	Региональное устройство России.						4

4.	Рекреационное туристское районирование России.						4
Раздел 3. Характеристика туристских регионов Российской Федерации.							
5.	Характеристика национального туристского продукта России.		2				4
6.	Характеристика туристских зон Российской Федерации.						4
Раздел 4. Туристский потенциал отдельных регионов России.							
7.	Европейский Север России.					1	10
8.	Центр России.					1	10
9.	Юг России.					1	10
10	Сибирь и Дальний Восток.					1	10
	Аттестация						4
	Всего часов	**72**				**6**	**66**
Трудоемкость дисциплины: 2 з.е.							

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Тема 5. Характеристика национального туристского продукта России.

лекция (2 часа)

1. Объекты культуры и природы России, вошедшие в список объектов Всемирного наследия ЮНЕСКО.
2. Типы маршрутов, предусмотренные для развития культурного туризма.
3. Шкала двадцати самых красивых городов и малых поселений Российской Федерации.
4. Шкала двадцати самых некрасивых городов и малых поселений Российской Федерации.
5. Роль достопримечательностей в формировании туристско-рекреационной специализации региона.

6. Показатели, характеризующие достопримечательности и объекты показа туристской территории.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о национальном туристском продукте РФ, объектах культурного и природного наследия РФ, развитие умений определять значимость объекта туристского показа, ***умений*** проводить анализ состояния рынков различных направлений внутреннего туризма, перспективы и прогнозы их развития, использовать технологии внутреннего туризма, ***опыта*** применения методов разработки туристского продукта и технологий внутреннего туризма ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-7, ПК-8).*

5.2.2 Содержание практических занятий

Тема 7-10. Европейский Север России. Центр России. Юг России. Сибирь и Дальний Восток

Семинарское занятие (4 часа)

1. Европейский Север России. Основные районы: Ленинградский, Кольско-Карельский (Мурманская область и Республика Карелия), Русский Север (Архангельская, Вологодская области и Республика Коми).Основные туристские центры. Степень рекреационного развития. Основные виды туризма.

2. Центр России. Основные районы: Западный (Калининградская область, Псковская и Новгородская области); Верхневолжский (Тверская, Ярославская, Костромская, Кировская области, Республика Чувашия); Центральный (Московская, Смоленская, Калужская, Тульская, Рязанская и Владимирская области); Уральский (Пермская, Свердловская, Челябинская, Оренбургская области, Республика Башкирия). Основные туристские центры. Степень рекреационного развития. Основные виды туризма.

3. Юг России. Основные районы: Южно-Российский (Курская, Воронежская, Тамбовская области, Республика Мордовия); Поволжский (Самарская, Саратовская области, Татарстан, Волгоградская, Астраханская области); Азовский (Ростовская область); Кавказско-Черноморский (прибрежные районы Краснодарского края); Северо-Кавказский (Ставропольский край, Республика Адыгея, Кабардино-Балкария, Карачаево-Черкессия, Ингушская и Дагестанская республики); Крым. Основные туристские центры. Степень рекреационного развития. Основные виды туризма.

4. Сибирь и дальний Восток. Основные районы: Обско-Алтайский (Омская, Томская, Новосибирская области, Алтайский край); Саянский (Красноярский край, Республика Хакасия); Якутский (Республика Саха); Прибайкальский (Иркутская, Читинская область, Республика Бурятия); Амурско-Дальневосточный (Амурская область, Хабаровский и Приморский

края); Камчатский. Основные туристские центры. Степень рекреационного развития. Основные виды туризма.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о туристских ресурсах регионов, особенностях туроперейтинга в их направлении, ***умений*** проводить анализ состояния рынков различных направлений внутреннего туризма, перспективы и прогнозы их развития, использовать технологии внутреннего туризма, ***опыта*** применения методов разработки туристского продукта и технологий внутреннего туризма ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-7, ПК-8).*

Литература

1. Внутренний туризм: учебник / Е.А. Аникудимова, Е.М. Белый, Н.А. Восколович [и др.]; под ред. Е.М. Белого [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2023. – 240 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/949495.
2. Косолапов, А.Б. География российского внутреннего туризма: учебное пособие / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2025. – 268 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/957685.
3. Лукьянова, Н.С. География туризма: туристские регионы мира и России. Практикум: учебное пособие / Н.С. Лукьянова [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2023. – 176 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/949883.
4. Повышение качества туристских услуг Российской Федерации: сборник тезисов докладов участников серии круглых столов Федерального агентства по туризму: сборник статей / Ю.М. Белозерова [Электронный ресурс]. – М.: Русайнс, 2018. – 174 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/926698/view2/1.
5. Середина, Е.В. География туризма России: учебник / Е.В. Середина [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2023. – 281 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/946341.

6. Самостоятельная работа студентов

Самостоятельная работа студентов, направленная на углубление и закрепление знаний, а также развитие практических умений заключается в:

- работе студентов с лекционным материалом, поиск и анализ литературы и электронных источников информации по заданной проблеме;
- выполнении домашних заданий;
- изучении тем, вынесенных на самостоятельную проработку;
- изучении теоретического материала к практическим занятиям;
- подготовке к экзамену.

Перечень вопросов, выносимых для самостоятельной работы студентов:

Содержание занятий	Объем в	Форма контроля	Срок представления

	часах		
Экономическая функция внутреннего туризма.	2	конспект	5-6 семестр
Региональное устройство России.	4	конспект	5-6 семестр
Рекреационное туристское районирование России.	4	конспект	5-6 семестр
Характеристика национального туристского продукта России.	4	конспект	5-6 семестр
Характеристика туристских зон Российской Федерации.	4	конспект	5-6 семестр
Европейский Север России.	10	конспект, презентация	6 семестр
Центр России.	10	конспект, презентация	6 семестр
Юг России.	10	конспект, презентация	6 семестр
Сибирь и Дальний Восток.	10	конспект, презентация	6 семестр

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;
4. Работа с материалами УМК.

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом, у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат (сообщение, презентацию). В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
ПК-7 – способен к деятельности по организации, реализации и проведению экскурсионных услуг		**Знает (пороговый уровень):** - законы и иные нормативные правовые акты Российской Федерации в сфере туризма; - историко-культурные и географические достопримечательности регионов РФ; - объекты показа; - туристские ресурсы Российской Федерации. **Умеет (стандартный уровень):** - учитывать потребности экскурсионных групп и индивидуальных туристов; **Имеет опыт (эталонный уровень)**: - анализа программ экскурсий; - отбора экскурсионных объектов для будущей экскурсии.
ПК-8 – способен реализовывать технологии турагентской и туроператорской деятельности		**Знает (пороговый уровень):** - туристский продукт, включающий основные, дополнительные и сопутствующие туристские услуги, его разработка и проектирование программ туристского обслуживания; - туристские регионы и территории РФ; - технологии обслуживания клиентов, технологическая документация и информационные ресурсы. **Умеет (стандартный уровень):** - разрабатывать туристский продукт, учитывающий этнокультурные, исторические религиозные аспекты, требования действующего законодательства с использованием современных технологий в

		области туризма, маркетинга, коммерции, логистики. - использовать технологии рационального природопользования при формировании туристского продукта. - применять современные информационные и коммуникативные технологии в реализации туристского продукта и предоставлении услуг; - проводить анализ состояния рынков различных направлений внутреннего туризма, перспективы и прогнозы их развития; - моделировать структуру развития туристских районов с туристскими комплексами в них. **Имеет опыт (эталонный уровень):** - формирует туристский продукт, в т.ч. на основе современных информационно-коммуникативных технологий, а также с учетом индивидуальных и специальных требований туриста, **-** организует продажу туристского продукта и отдельных туристских услуг, - ведет переговоры с партнерами, согласовывает условия взаимодействия по реализации туристских продуктов.

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

• ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Критерии оценки уровня развития компетенций

у студентов в рамках учебного курса, их соответствие по 4-х уровневой шкале

Критерии оценки компетенций	Традиционная (4-х уровневая) шкала оценки
«Отлично» – очень высокий уровень развития компетенций, отвечает всем требованиям ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	отлично

«Очень хорошо» – высокий уровень развития компетенций, отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	хорошо
«Хорошо» – уровень развития компетенций выше среднего, отвечает всем основным требованиям, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые из выполненных заданий, могут содержать ошибки	хорошо
«Удовлетворительно» – средний уровень развития компетенций, отвечает большинству основных требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не являются существенными, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, значительная часть заданий выполнены с ошибками	удовлетворительно
«Посредственно» уровень развития компетенций ниже среднего, не отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены, либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	удовлетворительно
«Неудовлетворительно» – низкий уровень развития компетенций, теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному.	Неудовлетво-рительно

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего и промежуточного контроля

Текущий контроль качества усвоения знаний проводится регулярно в течение всего семестра. Включает в себя тестовые задания и письменные работы.

Промежуточный контроль качества усвоения знаний: знать теоретический материал в соответствии с программой, сдать зачет по пройденным темам.

6 семестр – зачет.

7.2.2 Тестовые задания для текущего контроля

Инструкция. Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов, из предложенных, являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

Тест 1. Инсайдинг как вид коммерческой деятельности на туристском рынке.

1. Какой вид туристской деятельности приводит к выравниванию уровней жизни в регионах страны и способствует снятию социальной напряженности:
- въездной туризм;
- внутренний туризм;
- внутренний туризм.

2. Основным положительным фактором развития внутреннего туризма является:
- прибыль, исчисляемая в национальной валюте;
- отсутствие внутренних чартерных перевозок;
- необходимость ориентированности внутреннего турпродукта на средний класс;
- внутренний туризм не способствует оттоку денежных средств из экономики страны.

3. Вид туроперейтинга, планирующий, продвигающий и реализующий внутренний турпродукт:
- аутгоинг;
- инкаминг;
- инсайдинг.

4. Внутренний туризм как экономическое явление:
- имеет индустриальную форму;
- создает новые рабочие места;
- служит мультипликатором роста национального дохода;

- совместим практически со всеми отраслями хозяйствования;
- все ответы верны.

5. Факторы развития внутреннего туризма, связанные с повышением уровня образования, культуры и эстетических потребностей населения:
- политические;
- материально-технические;
- социально-экономические;
- демографические.

6. Какой вид внутреннего туризма наиболее распространен в России?
- лечебно-оздоровительный туризм;
- познавательный туризм;
- экологический туризм;
- спортивный туризм;
- рекреационный туризм.

Тест 2. Принципы формирования туристского пространства России.

1. Основными элементами, формирующими маршруты туристов, являются:
- памятники городского значения;
- памятники регионального значения;
- памятники международного значения;
- памятники федерального значения.

2. Город, природный объект или участок местности, где на базе сосредоточенных туристских ресурсов создан комплекс туристско-экскурсионного обслуживания:
- туристская зона;
- туристский регион;
- туристский район;
- туристский центр.

3. На соблюдении каких принципов должно строиться освоение туристской деятельностью новых регионов:
- рациональное использование туристской деятельностью новых регионов;
- учет мнений и традиций местных сообществ;
- научный подход к освоению новых туристских территорий;
- все ответы верны.

4. Совокупность различных рекреационных учреждений, расположенных в пределах определенной территории:
- рекреационный ресурс;
- рекреационная территория;
- рекреационная сеть;
- туристско-рекреационный потенциал.

5. Наибольшее число культурно-исторических объектов сконцентрировано на территориях Центрального и Северо-Западного экономических районов в треугольнике с вершинами:
- Москва, Санкт-Петербург, Псков;
- Москва, Ярославль, Нижний Новгород;

- Санкт-Петербург, Нижний Новгород, Москва;
- Санкт-Петербург, Смоленск, Нижний Новгород.

6. Особая экономическая туристско-рекреационная зона России «Бирюзовая Катунь» находится:
- в Красноярском крае;
- в Алтайском крае;
- в Иркутской области;
- в Республике Бурятия.

7. Особая экономическая туристско-рекреационная зона России «Куршская коса» находится:
- в Иркутской области;
- в Краснодарском крае;
- в Ставропольском крае;
- в Калининградской области.

Тест 3. Характеристика туристских регионов Российской Федерации. Туристский потенциал отдельных регионов России.

1. Самые крупные озера Европейского Севера России:
- Байкал
- Ладожское
- Селигер
- Онежское
- все ответы верны.

2. Какой вид туризма является приоритетным направлением развития туристской отрасли Центрального района зоны «Центр России»?
- лечебно-оздоровительный
- познавательный
- экологический
- религиозный.

3. Основные туристские центры зоны «Европейский Север России», являющиеся морскими портами:
- Мурманск
- Архангельск
- Петрозаводск
- Санкт-Петербург
- все ответы верны.

4. Какая туристская зона РФ специализируется в основном на экологическом, этнографическом и экзотическом туризме?
- Юг России
- Сибирь и Дальний Восток
- Север России
- Центр России.

5. Находится в северной части Ладожского озера:
- Вааламский архипелаг
- Соловецкий архипелаг
- Кижи
- Карельский перешеек.

6. Первый в России курорт «Марциальные воды» находится на территории:
- Архангельской области
- Республики Коми
- Вологодской области
- Республики Карелия
- Ленинградской области.

7. «Великий Устюг» - родина Деда Мороза находится:
- в Архангельской области
- в Костромской области
- в Вологодской области
- в Ярославской области
- в Кировской области.

8. Музей деревянного зодчества «Малые Карелы» расположен:
- в Мурманской области
- в Тюменской области
- в Вологодской области
- в Ярославской области
- в Архангельской области.

9. В списке Всемирного культурного наследия ЮНЕСКО этот город как территория включен 36 комплексными объектами:
- Петрозаводск
- Архангельск
- Санкт-Петербург
- Калининград
- Вологда.

10. Музей-заповедник Республики Карелия, включенный в Список памятников Всемирного наследия ЮНЕСКО в 1990 году, где находятся самые древние деревянные постройки:
- Ваалам
- Кижи
- Соловки
- Малые Карелы.

11. Какой монастырь Вологодской области занесен в Список Всемирного культурного наследия ЮНЕСКО?
- Богородице-Рождественский Ферапонтов монастырь
- Кирилло-Белозерский монастырь
- Спасо-Прилуцкий монастырь
- Спасо-Суморин монастырь.

12. Субъект РФ полностью отделенный от территории России сухопутными границами иностранных государств:
- Краснодарский край
- Калининградская область
- Мурманская область
- Приморский край.

13. Родовое имение Пушкиных – Михайловское находится:
- в Ярославской области
- в Рязанской области
- в Тульской области
- в Псковской области.

14. В какой области находятся исторические города Углич, Ростов Великий, Переславль-Залесский, входящие в «Золотое кольцо России»?
- в Тверской области
- во Владимирской области
- в Костромской области
- в Ярославской области.

15. Котельнический палеонтологический музей и местонахождение парейазавров находится в …. области:
- Калининградской
- Тверской
- Свердловской
- Кировской.

16. Город Уральского федерального округа, расположенный в центральной части Евразийского материка, на границе Европы и Азии:
- Челябинск
- Курган
- Нижний Тагил
- Екатеринбург.

17. Крупнейшее соленое озеро Европы, расположенное в Волгоградской области:
- Баскунчак
- Горько-Соленое
- Цимлянское
- Эльтон.

18. В какой области Юга России открылся музей арбуза и был проведен первый фестиваль «Российский арбуз»?
- Ростовская область
- Саратовская область
- Астраханская область
- Волгоградская область.

19. Один из древнейших городов России – Дербент расположен на территории:
- Республики Кабардино-Балкария
- Республики Дагестан
- Республики Карачаево-Черкессия
- Республики Адыгея.

20. Столица Кабардино-Балкарии – один из самых благоустроенных городов России:
- Махачкала
- Нальчик
- Майкоп
- Черкесск

21. Памятник в Республике Дагестан, признанный ЮНЕСКО памятником мирового значения:
- Цитадель и крепость Нарын-Кала
- Сулакский каньон
- Кугский город
- озеро Кезенойам.

22. Административный центр Приморского края:
- Барнаул
- Благовещенск
- Комсомольск-на-Амуре
- Владивосток.

7.2.3 Вопросы к зачету

1. Особенности туроперейтинга в сфере внутреннего туризма.
2. Экономическая функция внутреннего туризма.
3. Региональное устройство России.
4. Рекреационное туристское районирование России.
5. Характеристика национального туристского продукта России.
6. Туристская специализация регионов. Типы регионов, составляющих туристское пространство.
7. Основные факторы, влияющие на развитие регионального туризма.
8. Характеристика туристских зон.
9. Характеристика Европейского Севера России.
10. Комплексная характеристика зоны – Центр России.
11. Характеристика Юга России.
12. Характеристика зоны – Сибирь и Дальний Восток.
13. Понятие «имидж территории». Основные составляющие имиджа туристского региона.
14. Основные функции имиджа туристского региона.
15. Классификация достопримечательностей по основным признакам.
16. Роль достопримечательностей в формировании туристско-рекреационной специализации региона. Показатели, характеризующие достопримечательности и объекты показа туристской территории.
17. Законодательная база внутреннего туризма.
18. Туристский потенциал Смоленской области. Основные туристские проекты.

7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи

Практическое задание 1. Используя путеводители, периодические издания по туризму, официальные сайты областей, городов, определите положительные и негативные факторы, влияющие на привлекательность любого города РФ (по выбору) для внутреннего туризма. Заполните таблицу.

№ п/п	Положительные факторы, влияющие на привлекательность региона (города)	Негативные факторы, влияющие на привлекательность региона (города)
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		

Практическое задание 2. Используя рекламный материал турфирм, путеводители и собственный опыт путешествий, приведите примеры туров по областям РФ. Заполните следующую таблицу:

Область РФ	**Признак классификации**	**Краткая характеристика тура**
Московская	Комбинированный многодневный тур, действующий летом	- маршрут; -продолжительность; - основное средство передвижения по маршруту; - услуги, предоставляемые туристам
Ленинградская	Кольцевой тематический тур выходного дня с круглогодичным графиком действия	-маршрут; -продолжительность; - основное средство передвижения по маршруту; - услуги, предоставляемые туристам
Новгородская	Молодежный сезонный тур выходного дня	-маршрут; -продолжительность; - основное средство передвижения по маршруту; - услуги, предоставляемые туристам
Ростовская	Заказной сезонный	-маршрут;

	оздоровительный тур	-продолжительность; - основное средство передвижения по маршруту; - услуги, предоставляемые туристам
Алтайский край	Многодневный спортивный тур с активным способом передвижения	-маршрут; -продолжительность; - основное средство передвижения по маршруту; - услуги, предоставляемые туристам

Практическое задание 3. «Рекреационное туристское районирование России. Характеристика туристских зон». Заполните таблицу «Основные туристские зоны, районы и административные территории России и их специализация по видам туризма», используя материалы лекции.

Основные туристские зоны, районы и административные территории России и их специализация по видам туризма

Рекреационный район	Подрайон	Административный состав	Основные виды туризма
1. Европейский Север России			
2. Центр России			
3. Юг России			
4. Сибирь и Дальний Восток			

Практическое задание 4 «Характеристика национального туристского продукта России». Заполнить таблицы и составить рейтинги «То п-20 самых красивых и некрасивых городов России»

Топ-20 самых красивых городов России

№	Название города
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	

Топ-20 самых некрасивых городов России

№	Название города
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	

.

Практическое задание 5. Составить таблицу-рейтинг самых популярных туристских брендов РФ (топ-15).

Таблица 5 – Топ-15 туристских брендов России

№	Бренд	Регион	Описание бренда

Практическое задание 6 «Плотность размещения объектов показа по регионам». Рассчитать плотность размещения объектов показа по регионам.

Таблица 6 – Плотность размещения объектов показа по регионам

Название региона	S	K	П	Вывод
Санкт-Петербург	1 439 км²	170		
Смоленская область	49 800 км²	433		
Калининградская область	15 100 км²	519		
Краснодарский край	76 000 км²	1393		
Ярославская область	36 400 км²	1019		
Архангельская область	587 400 км²	572		
Нижегородская область	76 900 км²	697		
Псковская область	55 300 км²	506		
Хабаровский край	788 600 км²	42		
Сахалинская область	87 100 км²	266		

* 1 объект на 10 км^2 – высокая концентрация объектов туристского показа
1 объект на 11-50 км^2 – средняя концентрация объектов туристского показа
1 объект на более чем 50 км^2 – низкая концентрация объектов туристского показа

Практическое задание 7. «Туристский потенциал регионов России». Разработайте проект тура в одной из доминантных для внутреннего туризма туристских зон Российской Федерации на 5-7 дней. Продумайте маршрут путешествия и программу обслуживания. Предоставьте калькуляцию тура.

Туристские зоны РФ:

1 Европейский Север России
2 Центр России
3 Юг России
4 Сибирь и Дальний Восток

Методические указания к разработке туристского маршрута

При выборе темы разработки тура студент должен учесть свой интерес к определённому виду туризма, к какой-либо туристской зоне страны, в

определённой сфере человеческой жизни. Кроме того, выбор темы может зависеть от знания или интереса к какой-либо стороне туристского бизнеса (путешествия, походы, экскурсии, отдых, лечение и т.д.).

Изначально тема разработки зависит от цели разрабатываемого путешествия. Например, целью разрабатываемого путешествия могут быть: отдых; познавательный интерес; спорт; оздоровление, лечение; самодеятельный поход; деловые интересы; хобби; праздники, фестивали, конкурсы; рыбалка, охота; коммерческий интерес; учёба, наука; природа, экология; религия, духовные учения; приключения и т.д.

Определив цель путешествия, студент может увязать её с каким-либо географическим районом, объектом туризма и выбрать форму путешествия (поход, экскурсия, стационарный отдых и т.д.).

План разработки тура

1. Собрать краткую географическую характеристику района путешествия (географическое положение, территориальная принадлежность, климат, природа, ресурсы и т.д.).
2. Краткая историческая справка (происхождение местности, важнейшие события, роль в международной истории и др.).
3. Указать сезонность путешествия (круглогодичный, сезонный маршрут, предпочтительное время для путешествия).
4. Выбрать форму участия в путешествии (индивидуальный, групповой, семейный).
5. Указать возраст туристов, для которых разработан тур (детский, молодёжный, зрелый, смешанный).
6. Указать продолжительность путешествия (5-7 дней).
7. Выяснить возможности выбора способов передвижения по пути к месту начала путешествия, а также все виды транспорта, которые могут быть предоставлены туристу во тура (авиационный, железнодорожный, водный, автомобильный, конный, велосипедный транспорт, а также канатная, монорельсовая дороги, фуникулёр, дирижабль, дельтаплан, воздушный шар и др.).
8. Выбрать формы проживания в месте отдыха или путешествия (гостиница, мотель, ротель, кемпинг, пансионат, турбаза, приют, хостель, таймшер, флотель, ботель).
9. Составить интересную и разнообразную программу путешествия, включая досуговые развлечения. В качестве основной программы путешествия может быть осмотр исторических достопримечательностей; лечение грязями, водами; обучение иностранным языкам; изучение ремёсел, обычаев; прохождение туристского маршрута и т.д.

Досуговые развлечения предполагают: посещение кинотеатров, концертных залов; посещение выставок, вернисажей, галерей; участие в праздниках, шоу, дискотеках; посещение спортивных комплексов, тренажёрных залов, бассейнов, теннисных кортов; экскурсии; катание на лодках, яхтах, сёрфинг, водные лыжи и др.; посещение зоопарков,

заповедников, аквариумов; посещение казино, залов игровых автоматов игровых автоматов, компьютерных игр и др.

Оформление разработки тура

Текст тура может быть рукописным, либо машинописным, объёмом 5-10 листов, с титульным листом, оформленным по установленным учебным заведением требованиям.

Работа по желанию студента может быть оформлена вырезками из журналов, газет, фотографиями, рисунками, схемами. Тексты работы должны быть скреплены, либо прошиты, страницы пронумерованы.

8. Перечень литературы

Для качественного усвоения учебного материала необходимо обеспечить доступ каждого студента к библиотечным фондам.

Также необходимо наличие следующего учебно-методического материала: 1) наглядных пособий по разделам учебной программы; 2) Государственный образовательный стандарт по направлению 43.03.02 «Туризм»; 3) учебные пособия и методические рекомендации.

Литература

1. Внутренний туризм: учебник / Е.А. Аникудимова, Е.М. Белый, Н.А. Восколович [и др.]; под ред. Е.М. Белого [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2023. – 240 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/949495.
2. Косолапов, А.Б. География российского внутреннего туризма: учебное пособие / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2025. – 268 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/957685.
3. Лукьянова, Н.С. География туризма: туристские регионы мира и России. Практикум: учебное пособие / Н.С. Лукьянова [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2023. – 176 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/949883.
4. Косолапов, А.Б. Технология и организация туроператорской и турагентской деятельности. Практикум: учебное пособие / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2026. – 268 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/960967.
5. Середина, Е.В. География туризма России: учебник / Е.В. Середина [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2023. – 281 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/946341.
6. Повышение качества туристских услуг Российской Федерации: сборник тезисов докладов участников серии круглых столов Федерального агентства по туризму: сборник статей / Ю.М. Белозерова [Электронный ресурс]. – М.: Русайнс, 2018. – 174 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/926698/view2/1.

7. Чудновский, А.Д. Внутренний туризм в России: состояние и перспективы развития: учебное пособие / А.Д. Чудновский, М.А. Жукова [Электронный ресурс]. – М.: Русайнс, 2022. – 178 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/944757.
8. Чудновский, А. Д. Туризм и развитие регионов: учебное пособие / А.Д. Чудновский, М.А. Жукова, В.А. Жуков [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2026. – 209 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/960259.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: https://elibrary.ru/defaultx.asp
2. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс].– Режим доступа: https://lib.rucont.ru/search
3. ЭБС «Университетская Библиотека Онлайн» [Электронный ресурс] . – Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Федеральные порталы, образовательные ресурсы:

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Национальный туристский портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://russia.travel

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света – справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет – интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.krugosvet.ru

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. – Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.library.ru
3. Российская национальная библиотека[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nlr.ru

Федерации, ассоциации и союзы:

1. Ассоциации содействия туристским технологиям[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.astt.ru

Периодические издания:

1. Вестник Национальной академии туризма[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nat-moo.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

● необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;

● записывать удобнее на одной стороне листа;

● записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;

● следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;

● на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.

2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.

3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.

4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.

5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.

6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления *7 – 10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат завершается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.

2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.

3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.

4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.

5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.

6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.

7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.

8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

Рекомендации студентам по подготовке презентаций

Чтобы презентация хорошо воспринималась слушателями и не вызывала отрицательных эмоций (подсознательных или вполне осознанных), необходимо соблюдать правила ее оформления.

1. Опустите ненужные частности на слайде презентации

- Уменьшите количество слов на слайде.
- Опустите все ссылки на источники и примечания.

2. Увеличьте размер шрифта

На слайдах, предназначенных для того, чтобы раздать собравшимся, размер шрифта должен быть 10, а для демонстрации – не менее 18.

3.Увеличьте графические изображения

Убедитесь, что каждый графический элемент хорошо виден с задних рядов аудитории.

4.Измените цвет фона и текста

- На слайдах, предназначенных для демонстрации, пишите текст светлым шрифтом по темному фону.
- На слайдах, которые будете раздавать слушателям, пишите текст темным шрифтом по светлому фону.

5. Ограничьте цветовую палитру минимальным набором цветов

Во время всей презентации используйте не более трех-четырех цветов.

6. Используйте «Маркеры абзаца»

- Начинайте все абзацы одинаково (например, с глагола в одном и том же времени).
- Следите за тем, чтобы каждый абзац выражал законченную мысль. Не пользуйтесь слайдами, на которых есть лишь список слов (например, план, внедрение, оценка).

7. Используйте таблицы

- Таблицы должны быть простыми и краткими. Приводите в них только существенную информацию. Ограничьте их размер до одной страницы.
- Упорядочьте их по столбцам, а не строкам: в столбцах удобнее читать.

8. Используйте рисунки (картинки)

- Старайтесь не пользоваться стандартными средствами для вставки готовых фрагментов Microsoftclipart.

- Убедитесь, что картинки выдержаны в тоне презентации (например, не используйте формат комиксов на серьезной презентации).
- Желательно избегать в презентации рисунков, не несущих смысловой нагрузки.

9. Используйте видеоматериалы

- Вставка видеозарисовок по ходу презентации помогает разнообразить встречу и способствует концентрации внимания слушателей.
- Анимационные эффекты используются для привлечения внимания слушателей или для демонстрации динамики развития какого-либо процесса.

10. Используйте графики

- Не включайте в презентацию графики только ради того, чтобы они у вас были, поскольку неуместное использование графиков никак не улучшает презентацию.
- Используйте типы графиков, которые лучше всего иллюстрируют идею, которую вы стараетесь донести.
- Рисуйте простые графики; каждый график должен иллюстрировать одну мысль.
- Назовите каждый график так, чтобы название было содержательным.
- Используйте цвета для того, чтобы выделить какие-то моменты, а не сделать график симпатичным.
- Укажите единицы измерения (речь идет о десятках, тысячах или миллионах?).
- Не загружайте слайд ненужными примечаниями.
- Цвет графических изображений не должен резко контрастировать с общим стилевым оформлением слайда;
- Если графическое изображение используется в качестве фона, то текст на этом фоне должен быть хорошо читаем.

11. Используйте звуковое оформление

- Звуковое сопровождение должно отражать суть или подчеркивать особенность темы слайда, презентации;
- Необходимо выбрать оптимальную громкость, чтобы звук был слышен всем слушателям, но не был оглушительным;
- Если это фоновая музыка, то она должна не отвлекать внимание слушателей и не заглушать слова докладчика.

12. Правильно применяйте цифровые данные

- Проследите за тем, чтобы группы данных были дискретными (например, 1-10, 11-20, а не 1-10, 10-20).
- Данные необходимо подобрать так, чтобы их было удобно читать (например, упорядочить их по возрастанию или убыванию).
- Внизу под графиком укажите количество использованных в нем точек данных (например, n = 10).
- Ограничьте количество групп данных до шести. (Выберите пять самых важных групп)

13. Используйте единое стилевое оформление

- Стиль может включать: определенный шрифт (гарнитура и цвет), цвет фона или фоновый рисунок, декоративный элемент небольшого размера и др.;
- Не рекомендуется использовать в стилевом оформлении презентации более 3 цветов и более 3 типов шрифта;
- Оформление слайда не должно отвлекать внимание слушателей от его содержательной части;
- Все слайды презентации должны быть выдержаны в одном стиле.

14. Правильно применяйте текстовую информацию

- Для основного текста на слайдах не рекомендуется использовать прописные буквы.
- Шрифтовой контраст можно создать посредством: размера шрифта, толщины шрифта, начертания, формы, направления и цвета.
- Размер шрифта: 24–54 пункта (заголовок), 18–36 пунктов (обычный текст);
- Цвет шрифта и цвет фона должны контрастировать (текст должен хорошо читаться), но не резать глаза;
- Тип шрифта: для основного текста используйте гладкий шрифт без засечек (Arial, Tahoma, Verdana), для заголовка можно использовать декоративный шрифт, если он хорошо читаем;
- Курсив, подчеркивание, жирный шрифт, прописные буквы рекомендуется использовать только для смыслового выделения фрагмента текста;
- Шрифты с засечками (TimesNewRoman) читаются легче, чем гротески (шрифты без засечек).

15. Правильно выбирайте цветовую гамму

- Цветовая гамма должна состоять не более чем из двух-трех цветов.
- Существуют не сочетаемые комбинации цветов.
- Черный цвет имеет негативный (мрачный) подтекст.
- Белый текст на черном фоне читается плохо (инверсия плохо читается).

16. Правильно располагайте информационные блоки на слайде

- Информационных блоков не должно быть слишком много (3-6);
- Рекомендуемый размер одного информационного блока — не более 1/2 размера слайда;
- Желательно присутствие на странице блоков с разнотипной информацией (текст, графики, диаграммы, таблицы, рисунки), дополняющей друг друга;
- Ключевые слова в информационном блоке необходимо выделить;
- Информационные блоки лучше располагать горизонтально, связанные по смыслу блоки – слева направо;
- Наиболее важную информацию следует поместить в центр слайда;

17. Соблюдайте правила общей композиции

- На полосе не должно быть больше семи значимых объектов, так как человек не в состоянии запомнить за один раз более семи пунктов.
- Логотип на полосе должен располагаться справа внизу (слева наверху и т. д.).
- Логотип должен быть простой и лаконичной формы.
- Дизайн должен быть простым, а текст – коротким.
- Изображения домашних животных, детей, женщин и т.д. являются положительными образами.
- Крупные объекты в составе любой композиции смотрятся довольно неважно. Аршинные буквы в заголовках, кнопки навигации высотой в 40 пикселей, разделитель одного цвета, растянутый на весь экран — все это придает дизайну непрофессиональный вид.

Выполняя вышеизложенные правила, не стоит забывать, что на каждое подобное утверждение есть сотни примеров, доказывающих обратное. Поэтому приведенные утверждения нельзя назвать общими и универсальными правилами дизайна, они верны лишь в определенных случаях.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения лекционных и семинарских занятий должны быть оснащены специализированной мебелью.

1. Необходимые технические средства обучения:
- мультимедийная приставка к ПК;
- слайдпроектор;
- переносной экран.

2. Библиотечный фонд литературы.

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine;

		Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом

6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ТЕХНОЛОГИЯ ВНУТРЕННЕГО ТУРИЗМА

основной профессиональной образовательной программы
направления подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 3
Семестр – 5,6
Итоговая форма контроля – зачет (6 семестр)

Рабочую программу разработала:
Бескостова А.А., к.ф.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта . 3
2. Результаты обучения по дисциплине 3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 4
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 4
5. Содержание дисциплины 5
5.1 Количество часов по видам занятий 5
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 6
5.2.1 Содержание лекционных занятий 6
5.2.2 Содержание практических занятий 7
6. Самостоятельная работа студентов 8
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 10
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 10
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 13
7.2.1 Формы текущего и промежуточного контроля 13
7.2.2 Тестовые задания для текущего контроля 13
7.2.3 Вопросы к зачету 18
7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи 19
8. Перечень литературы 24
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 25
9.1 Электронные библиотечные системы 25
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 25
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 26
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 33

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО 3++, по направлению подготовки **49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»** утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 943 от 19.09.2017 г., с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включают:

01 – Образование и наука (в сфере дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 – Культура, искусство (в сфере туризма, в сфере санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 – Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- педагогический;
- организационно-управленческий;
- научно-исследовательский;
- тренерский;
- организационно-методический;
- рекреационно-оздоровительный.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты	Формируемые компетенции

Знает: - методику, технологию организации и инфраструктуру всех элементов и компонентов внутреннего туризма; - модели развития туристских районов; - туристские ресурсы регионов, особенности туроперейтинга в их направлении.		ПК-7, ПК-8
Умеет: - использовать технологии внутреннего туризма; - организовать реализацию внутреннего туристского продукта; - проводить анализ состояния рынков различных направлений внутреннего туризма, перспективы и прогнозы их развития.		ПК-7, ПК-8
Имеет опыт: - применения методов разработки туристского продукта; - использования современных информационных и коммуникативных технологий; - выявления потребностей клиента; - применения технологий внутреннего туризма.		ПК-7, ПК-8

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Технология внутреннего туризма» входит в блок дисциплин по выбору (Б1.ДВ.07.01) и базируется на знаниях, умениях и навыках полученных при изучении специальных дисциплин.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе в 5-6 семестре по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачет.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Трудоемкость дисциплины 72 часа, из них 6 часов аудиторной работы и 62 часа самостоятельной работы, 4 часа – зачет.

Учебный процесс по курсу «Технология внутреннего туризма» проводится в форме лекций, семинарских занятий и самостоятельной работы студентов.

Учет успеваемости ведется в виде микрозачетов по пройденным темам и итогового зачета, проводимого в срок, установленный учебным планом. Зачеты выставляются за знание пройденных разделов теоретического курса и выполнение установленных требований по практической и самостоятельной работе.

Виды учебной работы	Всего часов	Семестр
Контактная работа преподавателя со студентами	6	5,6
Лекции	2 -	5 6
Практические/семинарские занятия	- 4	5 6
Лабораторные работы	0	
Аттестация – зачет	4	6
Самостоятельная работа	62	
Общая трудоемкость, часы	72	
Общая трудоемкость, ЗЕ	2	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Лекционные занятия	Методические занятия	Практические занятия	Семинарские занятия	Самостоятельная работа
Раздел 1. Инсайдинг как вид коммерческой деятельности на туристическом рынке.							
1.	Особенности туроперейтинга в сфере внутреннего туризма.						2
2.	Экономическая функция внутреннего туризма.						4
Раздел 2. Развитие регионального туристско-рекреационного комплекса России.							
3.	Региональное устройство России.						4

4.	Рекреационное туристское районирование России.						4
Раздел 3. Характеристика туристских регионов Российской Федерации.							
5.	Характеристика национального туристского продукта России.		2				4
6.	Характеристика туристских зон Российской Федерации.						4
Раздел 4. Туристский потенциал отдельных регионов России.							
7.	Европейский Север России.					1	10
8.	Центр России.					1	10
9.	Юг России.					1	10
10	Сибирь и Дальний Восток.					1	10
	Аттестация						4
	Всего часов	**72**				**6**	**66**
Трудоемкость дисциплины: 2 з.е.							

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Тема 5. Характеристика национального туристского продукта России.

лекция (2 часа)

1. Объекты культуры и природы России, вошедшие в список объектов Всемирного наследия ЮНЕСКО.
2. Типы маршрутов, предусмотренные для развития культурного туризма.
3. Шкала двадцати самых красивых городов и малых поселений Российской Федерации.
4. Шкала двадцати самых некрасивых городов и малых поселений Российской Федерации.
5. Роль достопримечательностей в формировании туристско-рекреационной специализации региона.

6. Показатели, характеризующие достопримечательности и объекты показа туристской территории.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о национальном туристском продукте РФ, объектах культурного и природного наследия РФ, развитие умений определять значимость объекта туристского показа, ***умений*** проводить анализ состояния рынков различных направлений внутреннего туризма, перспективы и прогнозы их развития, использовать технологии внутреннего туризма, ***опыта*** применения методов разработки туристского продукта и технологий внутреннего туризма ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-7, ПК-8).*

5.2.2 Содержание практических занятий

Тема 7-10. Европейский Север России. Центр России. Юг России. Сибирь и Дальний Восток

Семинарское занятие (4 часа)

1. Европейский Север России. Основные районы: Ленинградский, Кольско-Карельский (Мурманская область и Республика Карелия), Русский Север (Архангельская, Вологодская области и Республика Коми).Основные туристские центры. Степень рекреационного развития. Основные виды туризма.

2. Центр России. Основные районы: Западный (Калининградская область, Псковская и Новгородская области); Верхневолжский (Тверская, Ярославская, Костромская, Кировская области, Республика Чувашия); Центральный (Московская, Смоленская, Калужская, Тульская, Рязанская и Владимирская области); Уральский (Пермская, Свердловская, Челябинская, Оренбургская области, Республика Башкирия). Основные туристские центры. Степень рекреационного развития. Основные виды туризма.

3. Юг России. Основные районы: Южно-Российский (Курская, Воронежская, Тамбовская области, Республика Мордовия); Поволжский (Самарская, Саратовская области, Татарстан, Волгоградская, Астраханская области); Азовский (Ростовская область); Кавказско-Черноморский (прибрежные районы Краснодарского края); Северо-Кавказский (Ставропольский край, Республика Адыгея, Кабардино-Балкария, Карачаево-Черкессия, Ингушская и Дагестанская республики); Крым. Основные туристские центры. Степень рекреационного развития. Основные виды туризма.

4. Сибирь и дальний Восток. Основные районы: Обско-Алтайский (Омская, Томская, Новосибирская области, Алтайский край); Саянский (Красноярский край, Республика Хакасия); Якутский (Республика Саха); Прибайкальский (Иркутская, Читинская область, Республика Бурятия); Амурско-Дальневосточный (Амурская область, Хабаровский и Приморский

края); Камчатский. Основные туристские центры. Степень рекреационного развития. Основные виды туризма.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о туристских ресурсах регионов, особенностях туроперейтинга в их направлении, ***умений*** проводить анализ состояния рынков различных направлений внутреннего туризма, перспективы и прогнозы их развития, использовать технологии внутреннего туризма, ***опыта*** применения методов разработки туристского продукта и технологий внутреннего туризма ***и формирование*** *профессиональных компетенций (ПК-7, ПК-8).*

Литература

1. Внутренний туризм: учебник / Е.А. Аникудимова, Е.М. Белый, Н.А. Восколович [и др.]; под ред. Е.М. Белого [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2023. – 240 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/949495.
2. Косолапов, А.Б. География российского внутреннего туризма: учебное пособие / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2025. – 268 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/957685.
3. Лукьянова, Н.С. География туризма: туристские регионы мира и России. Практикум: учебное пособие / Н.С. Лукьянова [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2023. – 176 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/949883.
4. Повышение качества туристских услуг Российской Федерации: сборник тезисов докладов участников серии круглых столов Федерального агентства по туризму: сборник статей / Ю.М. Белозерова [Электронный ресурс]. – М.: Русайнс, 2018. – 174 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/926698/view2/1.
5. Середина, Е.В. География туризма России: учебник / Е.В. Середина [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2023. – 281 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/946341.

6. Самостоятельная работа студентов

Самостоятельная работа студентов, направленная на углубление и закрепление знаний, а также развитие практических умений заключается в:

- работе студентов с лекционным материалом, поиск и анализ литературы и электронных источников информации по заданной проблеме;
- выполнении домашних заданий;
- изучении тем, вынесенных на самостоятельную проработку;
- изучении теоретического материала к практическим занятиям;
- подготовке к экзамену.

Перечень вопросов, выносимых для самостоятельной работы студентов:

Содержание занятий	Объем в	Форма контроля	Срок представления

	часах		
Экономическая функция внутреннего туризма.	2	конспект	5-6 семестр
Региональное устройство России.	4	конспект	5-6 семестр
Рекреационное туристское районирование России.	4	конспект	5-6 семестр
Характеристика национального туристского продукта России.	4	конспект	5-6 семестр
Характеристика туристских зон Российской Федерации.	4	конспект	5-6 семестр
Европейский Север России.	10	конспект, презентация	6 семестр
Центр России.	10	конспект, презентация	6 семестр
Юг России.	10	конспект, презентация	6 семестр
Сибирь и Дальний Восток.	10	конспект, презентация	6 семестр

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;
4. Работа с материалами УМК.

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом, у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат (сообщение, презентацию). В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
ПК-7 – способен к деятельности по организации, реализации и проведению экскурсионных услуг		**Знает (пороговый уровень):** - законы и иные нормативные правовые акты Российской Федерации в сфере туризма; - историко-культурные и географические достопримечательности регионов РФ; - объекты показа; - туристские ресурсы Российской Федерации. **Умеет (стандартный уровень):** - учитывать потребности экскурсионных групп и индивидуальных туристов; **Имеет опыт (эталонный уровень)**: - анализа программ экскурсий; - отбора экскурсионных объектов для будущей экскурсии.
ПК-8 – способен реализовывать технологии турагентской и туроператорской деятельности		**Знает (пороговый уровень):** - туристский продукт, включающий основные, дополнительные и сопутствующие туристские услуги, его разработка и проектирование программ туристского обслуживания; - туристские регионы и территории РФ; - технологии обслуживания клиентов, технологическая документация и информационные ресурсы. **Умеет (стандартный уровень):** - разрабатывать туристский продукт, учитывающий этнокультурные, исторические религиозные аспекты, требования действующего законодательства с использованием современных технологий в

		области туризма, маркетинга, коммерции, логистики. - использовать технологии рационального природопользования при формировании туристского продукта. - применять современные информационные и коммуникативные технологии в реализации туристского продукта и предоставлении услуг; - проводить анализ состояния рынков различных направлений внутреннего туризма, перспективы и прогнозы их развития; - моделировать структуру развития туристских районов с туристскими комплексами в них. **Имеет опыт (эталонный уровень):** - формирует туристский продукт, в т.ч. на основе современных информационно-коммуникативных технологий, а также с учетом индивидуальных и специальных требований туриста, **-** организует продажу туристского продукта и отдельных туристских услуг, - ведет переговоры с партнерами, согласовывает условия взаимодействия по реализации туристских продуктов.

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

• ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Критерии оценки уровня развития компетенций

у студентов в рамках учебного курса, их соответствие по 4-х уровневой шкале

Критерии оценки компетенций	Традиционная (4-х уровневая) шкала оценки
«Отлично» – очень высокий уровень развития компетенций, отвечает всем требованиям ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	отлично

«Очень хорошо» – высокий уровень развития компетенций, отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	хорошо
«Хорошо» – уровень развития компетенций выше среднего, отвечает всем основным требованиям, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые из выполненных заданий, могут содержать ошибки	хорошо
«Удовлетворительно» – средний уровень развития компетенций, отвечает большинству основных требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не являются существенными, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, значительная часть заданий выполнены с ошибками	удовлетворительно
«Посредственно» уровень развития компетенций ниже среднего, не отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены, либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	удовлетворительно
«Неудовлетворительно» – низкий уровень развития компетенций, теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному.	Неудовлетво-рительно

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего и промежуточного контроля

Текущий контроль качества усвоения знаний проводится регулярно в течение всего семестра. Включает в себя тестовые задания и письменные работы.

Промежуточный контроль качества усвоения знаний: знать теоретический материал в соответствии с программой, сдать зачет по пройденным темам.

6 семестр – зачет.

7.2.2 Тестовые задания для текущего контроля

Инструкция. Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак против номера (номеров) правильного, по вашему мнению, ответа. Рядом с каждым вопросом указано, сколько ответов, из предложенных, являются верными. В некоторых заданиях ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

Тест 1. Инсайдинг как вид коммерческой деятельности на туристском рынке.

1. Какой вид туристской деятельности приводит к выравниванию уровней жизни в регионах страны и способствует снятию социальной напряженности:
- въездной туризм;
- внутренний туризм;
- внутренний туризм.

2. Основным положительным фактором развития внутреннего туризма является:
- прибыль, исчисляемая в национальной валюте;
- отсутствие внутренних чартерных перевозок;
- необходимость ориентированности внутреннего турпродукта на средний класс;
- внутренний туризм не способствует оттоку денежных средств из экономики страны.

3. Вид туроперейтинга, планирующий, продвигающий и реализующий внутренний турпродукт:
- аутгоинг;
- инкаминг;
- инсайдинг.

4. Внутренний туризм как экономическое явление:
- имеет индустриальную форму;
- создает новые рабочие места;
- служит мультипликатором роста национального дохода;

- совместим практически со всеми отраслями хозяйствования;
- все ответы верны.

5. Факторы развития внутреннего туризма, связанные с повышением уровня образования, культуры и эстетических потребностей населения:
- политические;
- материально-технические;
- социально-экономические;
- демографические.

6. Какой вид внутреннего туризма наиболее распространен в России?
- лечебно-оздоровительный туризм;
- познавательный туризм;
- экологический туризм;
- спортивный туризм;
- рекреационный туризм.

Тест 2. Принципы формирования туристского пространства России.

1. Основными элементами, формирующими маршруты туристов, являются:
- памятники городского значения;
- памятники регионального значения;
- памятники международного значения;
- памятники федерального значения.

2. Город, природный объект или участок местности, где на базе сосредоточенных туристских ресурсов создан комплекс туристско-экскурсионного обслуживания:
- туристская зона;
- туристский регион;
- туристский район;
- туристский центр.

3. На соблюдении каких принципов должно строиться освоение туристской деятельностью новых регионов:
- рациональное использование туристской деятельностью новых регионов;
- учет мнений и традиций местных сообществ;
- научный подход к освоению новых туристских территорий;
- все ответы верны.

4. Совокупность различных рекреационных учреждений, расположенных в пределах определенной территории:
- рекреационный ресурс;
- рекреационная территория;
- рекреационная сеть;
- туристско-рекреационный потенциал.

5. Наибольшее число культурно-исторических объектов сконцентрировано на территориях Центрального и Северо-Западного экономических районов в треугольнике с вершинами:
- Москва, Санкт-Петербург, Псков;
- Москва, Ярославль, Нижний Новгород;

- Санкт-Петербург, Нижний Новгород, Москва;
- Санкт-Петербург, Смоленск, Нижний Новгород.

6. Особая экономическая туристско-рекреационная зона России «Бирюзовая Катунь» находится:
- в Красноярском крае;
- в Алтайском крае;
- в Иркутской области;
- в Республике Бурятия.

7. Особая экономическая туристско-рекреационная зона России «Куршская коса» находится:
- в Иркутской области;
- в Краснодарском крае;
- в Ставропольском крае;
- в Калининградской области.

Тест 3. Характеристика туристских регионов Российской Федерации. Туристский потенциал отдельных регионов России.

1. Самые крупные озера Европейского Севера России:
- Байкал
- Ладожское
- Селигер
- Онежское
- все ответы верны.

2. Какой вид туризма является приоритетным направлением развития туристской отрасли Центрального района зоны «Центр России»?
- лечебно-оздоровительный
- познавательный
- экологический
- религиозный.

3. Основные туристские центры зоны «Европейский Север России», являющиеся морскими портами:
- Мурманск
- Архангельск
- Петрозаводск
- Санкт-Петербург
- все ответы верны.

4. Какая туристская зона РФ специализируется в основном на экологическом, этнографическом и экзотическом туризме?
- Юг России
- Сибирь и Дальний Восток
- Север России
- Центр России.

5. Находится в северной части Ладожского озера:
- Вааламский архипелаг
- Соловецкий архипелаг
- Кижи
- Карельский перешеек.

6. Первый в России курорт «Марциальные воды» находится на территории:
- Архангельской области
- Республики Коми
- Вологодской области
- Республики Карелия
- Ленинградской области.

7. «Великий Устюг» - родина Деда Мороза находится:
- в Архангельской области
- в Костромской области
- в Вологодской области
- в Ярославской области
- в Кировской области.

8. Музей деревянного зодчества «Малые Карелы» расположен:
- в Мурманской области
- в Тюменской области
- в Вологодской области
- в Ярославской области
- в Архангельской области.

9. В списке Всемирного культурного наследия ЮНЕСКО этот город как территория включен 36 комплексными объектами:
- Петрозаводск
- Архангельск
- Санкт-Петербург
- Калининград
- Вологда.

10. Музей-заповедник Республики Карелия, включенный в Список памятников Всемирного наследия ЮНЕСКО в 1990 году, где находятся самые древние деревянные постройки:
- Ваалам
- Кижи
- Соловки
- Малые Карелы.

11. Какой монастырь Вологодской области занесен в Список Всемирного культурного наследия ЮНЕСКО?
- Богородице-Рождественский Ферапонтов монастырь
- Кирилло-Белозерский монастырь
- Спасо-Прилуцкий монастырь
- Спасо-Суморин монастырь.

12. Субъект РФ полностью отделенный от территории России сухопутными границами иностранных государств:
- Краснодарский край
- Калининградская область
- Мурманская область
- Приморский край.

13. Родовое имение Пушкиных – Михайловское находится:
- в Ярославской области
- в Рязанской области
- в Тульской области
- в Псковской области.

14. В какой области находятся исторические города Углич, Ростов Великий, Переславль-Залесский, входящие в «Золотое кольцо России»?
- в Тверской области
- во Владимирской области
- в Костромской области
- в Ярославской области.

15. Котельнический палеонтологический музей и местонахождение парейазавров находится в …. области:
- Калининградской
- Тверской
- Свердловской
- Кировской.

16. Город Уральского федерального округа, расположенный в центральной части Евразийского материка, на границе Европы и Азии:
- Челябинск
- Курган
- Нижний Тагил
- Екатеринбург.

17. Крупнейшее соленое озеро Европы, расположенное в Волгоградской области:
- Баскунчак
- Горько-Соленое
- Цимлянское
- Эльтон.

18. В какой области Юга России открылся музей арбуза и был проведен первый фестиваль «Российский арбуз»?
- Ростовская область
- Саратовская область
- Астраханская область
- Волгоградская область.

19. Один из древнейших городов России – Дербент расположен на территории:
- Республики Кабардино-Балкария
- Республики Дагестан
- Республики Карачаево-Черкессия
- Республики Адыгея.

20. Столица Кабардино-Балкарии – один из самых благоустроенных городов России:
- Махачкала
- Нальчик
- Майкоп
- Черкесск

21. Памятник в Республике Дагестан, признанный ЮНЕСКО памятником мирового значения:
- Цитадель и крепость Нарын-Кала
- Сулакский каньон
- Кугский город
- озеро Кезенойам.

22. Административный центр Приморского края:
- Барнаул
- Благовещенск
- Комсомольск-на-Амуре
- Владивосток.

7.2.3 Вопросы к зачету

1. Особенности туроперейтинга в сфере внутреннего туризма.
2. Экономическая функция внутреннего туризма.
3. Региональное устройство России.
4. Рекреационное туристское районирование России.
5. Характеристика национального туристского продукта России.
6. Туристская специализация регионов. Типы регионов, составляющих туристское пространство.
7. Основные факторы, влияющие на развитие регионального туризма.
8. Характеристика туристских зон.
9. Характеристика Европейского Севера России.
10. Комплексная характеристика зоны – Центр России.
11. Характеристика Юга России.
12. Характеристика зоны – Сибирь и Дальний Восток.
13. Понятие «имидж территории». Основные составляющие имиджа туристского региона.
14. Основные функции имиджа туристского региона.
15. Классификация достопримечательностей по основным признакам.
16. Роль достопримечательностей в формировании туристско-рекреационной специализации региона. Показатели, характеризующие достопримечательности и объекты показа туристской территории.
17. Законодательная база внутреннего туризма.
18. Туристский потенциал Смоленской области. Основные туристские проекты.

7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи

Практическое задание 1. Используя путеводители, периодические издания по туризму, официальные сайты областей, городов, определите положительные и негативные факторы, влияющие на привлекательность любого города РФ (по выбору) для внутреннего туризма. Заполните таблицу.

№ п/п	Положительные факторы, влияющие на привлекательность региона (города)	Негативные факторы, влияющие на привлекательность региона (города)
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		

Практическое задание 2. Используя рекламный материал турфирм, путеводители и собственный опыт путешествий, приведите примеры туров по областям РФ. Заполните следующую таблицу:

Область РФ	**Признак классификации**	**Краткая характеристика тура**
Московская	Комбинированный многодневный тур, действующий летом	- маршрут; -продолжительность; - основное средство передвижения по маршруту; - услуги, предоставляемые туристам
Ленинградская	Кольцевой тематический тур выходного дня с круглогодичным графиком действия	-маршрут; -продолжительность; - основное средство передвижения по маршруту; - услуги, предоставляемые туристам
Новгородская	Молодежный сезонный тур выходного дня	-маршрут; -продолжительность; - основное средство передвижения по маршруту; - услуги, предоставляемые туристам
Ростовская	Заказной сезонный	-маршрут;

	оздоровительный тур	-продолжительность; - основное средство передвижения по маршруту; - услуги, предоставляемые туристам
Алтайский край	Многодневный спортивный тур с активным способом передвижения	-маршрут; -продолжительность; - основное средство передвижения по маршруту; - услуги, предоставляемые туристам

Практическое задание 3. «Рекреационное туристское районирование России. Характеристика туристских зон». Заполните таблицу «Основные туристские зоны, районы и административные территории России и их специализация по видам туризма», используя материалы лекции.

Основные туристские зоны, районы и административные территории России и их специализация по видам туризма

Рекреационный район	Подрайон	Административный состав	Основные виды туризма
1. Европейский Север России			
2. Центр России			
3. Юг России			
4. Сибирь и Дальний Восток			

Практическое задание 4 «Характеристика национального туристского продукта России». Заполнить таблицы и составить рейтинги «То п-20 самых красивых и некрасивых городов России»

Топ-20 самых красивых городов России

№	Название города
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	

Топ-20 самых некрасивых городов России

№	Название города
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	

.

Практическое задание 5. Составить таблицу-рейтинг самых популярных туристских брендов РФ (топ-15).

Таблица 5 – Топ-15 туристских брендов России

№	Бренд	Регион	Описание бренда

Практическое задание 6 «Плотность размещения объектов показа по регионам». Рассчитать плотность размещения объектов показа по регионам.

Таблица 6 – Плотность размещения объектов показа по регионам

Название региона	S	K	П	Вывод
Санкт-Петербург	1 439 км²	170		
Смоленская область	49 800 км²	433		
Калининградская область	15 100 км²	519		
Краснодарский край	76 000 км²	1393		
Ярославская область	36 400 км²	1019		
Архангельская область	587 400 км²	572		
Нижегородская область	76 900 км²	697		
Псковская область	55 300 км²	506		
Хабаровский край	788 600 км²	42		
Сахалинская область	87 100 км²	266		

* 1 объект на 10 км^2 – высокая концентрация объектов туристского показа
1 объект на 11-50 км^2 – средняя концентрация объектов туристского показа
1 объект на более чем 50 км^2 – низкая концентрация объектов туристского показа

Практическое задание 7. «Туристский потенциал регионов России». Разработайте проект тура в одной из доминантных для внутреннего туризма туристских зон Российской Федерации на 5-7 дней. Продумайте маршрут путешествия и программу обслуживания. Предоставьте калькуляцию тура.

Туристские зоны РФ:

1 Европейский Север России
2 Центр России
3 Юг России
4 Сибирь и Дальний Восток

Методические указания к разработке туристского маршрута

При выборе темы разработки тура студент должен учесть свой интерес к определённому виду туризма, к какой-либо туристской зоне страны, в

определённой сфере человеческой жизни. Кроме того, выбор темы может зависеть от знания или интереса к какой-либо стороне туристского бизнеса (путешествия, походы, экскурсии, отдых, лечение и т.д.).

Изначально тема разработки зависит от цели разрабатываемого путешествия. Например, целью разрабатываемого путешествия могут быть: отдых; познавательный интерес; спорт; оздоровление, лечение; самодеятельный поход; деловые интересы; хобби; праздники, фестивали, конкурсы; рыбалка, охота; коммерческий интерес; учёба, наука; природа, экология; религия, духовные учения; приключения и т.д.

Определив цель путешествия, студент может увязать её с каким-либо географическим районом, объектом туризма и выбрать форму путешествия (поход, экскурсия, стационарный отдых и т.д.).

План разработки тура

1. Собрать краткую географическую характеристику района путешествия (географическое положение, территориальная принадлежность, климат, природа, ресурсы и т.д.).
2. Краткая историческая справка (происхождение местности, важнейшие события, роль в международной истории и др.).
3. Указать сезонность путешествия (круглогодичный, сезонный маршрут, предпочтительное время для путешествия).
4. Выбрать форму участия в путешествии (индивидуальный, групповой, семейный).
5. Указать возраст туристов, для которых разработан тур (детский, молодёжный, зрелый, смешанный).
6. Указать продолжительность путешествия (5-7 дней).
7. Выяснить возможности выбора способов передвижения по пути к месту начала путешествия, а также все виды транспорта, которые могут быть предоставлены туристу во тура (авиационный, железнодорожный, водный, автомобильный, конный, велосипедный транспорт, а также канатная, монорельсовая дороги, фуникулёр, дирижабль, дельтаплан, воздушный шар и др.).
8. Выбрать формы проживания в месте отдыха или путешествия (гостиница, мотель, ротель, кемпинг, пансионат, турбаза, приют, хостель, таймшер, флотель, ботель).
9. Составить интересную и разнообразную программу путешествия, включая досуговые развлечения. В качестве основной программы путешествия может быть осмотр исторических достопримечательностей; лечение грязями, водами; обучение иностранным языкам; изучение ремёсел, обычаев; прохождение туристского маршрута и т.д.

Досуговые развлечения предполагают: посещение кинотеатров, концертных залов; посещение выставок, вернисажей, галерей; участие в праздниках, шоу, дискотеках; посещение спортивных комплексов, тренажёрных залов, бассейнов, теннисных кортов; экскурсии; катание на лодках, яхтах, сёрфинг, водные лыжи и др.; посещение зоопарков,

заповедников, аквариумов; посещение казино, залов игровых автоматов игровых автоматов, компьютерных игр и др.

Оформление разработки тура

Текст тура может быть рукописным, либо машинописным, объёмом 5-10 листов, с титульным листом, оформленным по установленным учебным заведением требованиям.

Работа по желанию студента может быть оформлена вырезками из журналов, газет, фотографиями, рисунками, схемами. Тексты работы должны быть скреплены, либо прошиты, страницы пронумерованы.

8. Перечень литературы

Для качественного усвоения учебного материала необходимо обеспечить доступ каждого студента к библиотечным фондам.

Также необходимо наличие следующего учебно-методического материала: 1) наглядных пособий по разделам учебной программы; 2) Государственный образовательный стандарт по направлению 43.03.02 «Туризм»; 3) учебные пособия и методические рекомендации.

Литература

1. Внутренний туризм: учебник / Е.А. Аникудимова, Е.М. Белый, Н.А. Восколович [и др.]; под ред. Е.М. Белого [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2023. – 240 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/949495.
2. Косолапов, А.Б. География российского внутреннего туризма: учебное пособие / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2025. – 268 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/957685.
3. Лукьянова, Н.С. География туризма: туристские регионы мира и России. Практикум: учебное пособие / Н.С. Лукьянова [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2023. – 176 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/949883.
4. Косолапов, А.Б. Технология и организация туроператорской и турагентской деятельности. Практикум: учебное пособие / А.Б. Косолапов [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2026. – 268 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/960967.
5. Середина, Е.В. География туризма России: учебник / Е.В. Середина [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2023. – 281 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/946341.
6. Повышение качества туристских услуг Российской Федерации: сборник тезисов докладов участников серии круглых столов Федерального агентства по туризму: сборник статей / Ю.М. Белозерова [Электронный ресурс]. – М.: Русайнс, 2018. – 174 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/926698/view2/1.

7. Чудновский, А.Д. Внутренний туризм в России: состояние и перспективы развития: учебное пособие / А.Д. Чудновский, М.А. Жукова [Электронный ресурс]. – М.: Русайнс, 2022. – 178 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/944757.
8. Чудновский, А. Д. Туризм и развитие регионов: учебное пособие / А.Д. Чудновский, М.А. Жукова, В.А. Жуков [Электронный ресурс]. – М.: КноРус, 2026. – 209 с. – Режим доступа: https://book.ru/book/960259.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: https://elibrary.ru/defaultx.asp
2. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс].– Режим доступа: https://lib.rucont.ru/search
3. ЭБС «Университетская Библиотека Онлайн» [Электронный ресурс] . – Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Федеральные порталы, образовательные ресурсы:

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Национальный туристский портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://russia.travel

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света – справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет – интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.krugosvet.ru

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. – Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.library.ru
3. Российская национальная библиотека[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nlr.ru

Федерации, ассоциации и союзы:

1. Ассоциации содействия туристским технологиям[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.astt.ru

Периодические издания:

1. Вестник Национальной академии туризма[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nat-moo.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

● необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;

● записывать удобнее на одной стороне листа;

● записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;

● следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;

● на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.

2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.

3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.

4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.

5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.

6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления *7 – 10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат завершается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.

2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.

3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.

4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.

5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.

6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.

7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.

8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

Рекомендации студентам по подготовке презентаций

Чтобы презентация хорошо воспринималась слушателями и не вызывала отрицательных эмоций (подсознательных или вполне осознанных), необходимо соблюдать правила ее оформления.

1. Опустите ненужные частности на слайде презентации

- Уменьшите количество слов на слайде.
- Опустите все ссылки на источники и примечания.

2. Увеличьте размер шрифта

На слайдах, предназначенных для того, чтобы раздать собравшимся, размер шрифта должен быть 10, а для демонстрации – не менее 18.

3.Увеличьте графические изображения

Убедитесь, что каждый графический элемент хорошо виден с задних рядов аудитории.

4.Измените цвет фона и текста

- На слайдах, предназначенных для демонстрации, пишите текст светлым шрифтом по темному фону.
- На слайдах, которые будете раздавать слушателям, пишите текст темным шрифтом по светлому фону.

5. Ограничьте цветовую палитру минимальным набором цветов

Во время всей презентации используйте не более трех-четырех цветов.

6. Используйте «Маркеры абзаца»

- Начинайте все абзацы одинаково (например, с глагола в одном и том же времени).
- Следите за тем, чтобы каждый абзац выражал законченную мысль. Не пользуйтесь слайдами, на которых есть лишь список слов (например, план, внедрение, оценка).

7. Используйте таблицы

- Таблицы должны быть простыми и краткими. Приводите в них только существенную информацию. Ограничьте их размер до одной страницы.
- Упорядочьте их по столбцам, а не строкам: в столбцах удобнее читать.

8. Используйте рисунки (картинки)

- Старайтесь не пользоваться стандартными средствами для вставки готовых фрагментов Microsoftclipart.

- Убедитесь, что картинки выдержаны в тоне презентации (например, не используйте формат комиксов на серьезной презентации).
- Желательно избегать в презентации рисунков, не несущих смысловой нагрузки.

9. Используйте видеоматериалы

- Вставка видеозарисовок по ходу презентации помогает разнообразить встречу и способствует концентрации внимания слушателей.
- Анимационные эффекты используются для привлечения внимания слушателей или для демонстрации динамики развития какого-либо процесса.

10. Используйте графики

- Не включайте в презентацию графики только ради того, чтобы они у вас были, поскольку неуместное использование графиков никак не улучшает презентацию.
- Используйте типы графиков, которые лучше всего иллюстрируют идею, которую вы стараетесь донести.
- Рисуйте простые графики; каждый график должен иллюстрировать одну мысль.
- Назовите каждый график так, чтобы название было содержательным.
- Используйте цвета для того, чтобы выделить какие-то моменты, а не сделать график симпатичным.
- Укажите единицы измерения (речь идет о десятках, тысячах или миллионах?).
- Не загружайте слайд ненужными примечаниями.
- Цвет графических изображений не должен резко контрастировать с общим стилевым оформлением слайда;
- Если графическое изображение используется в качестве фона, то текст на этом фоне должен быть хорошо читаем.

11. Используйте звуковое оформление

- Звуковое сопровождение должно отражать суть или подчеркивать особенность темы слайда, презентации;
- Необходимо выбрать оптимальную громкость, чтобы звук был слышен всем слушателям, но не был оглушительным;
- Если это фоновая музыка, то она должна не отвлекать внимание слушателей и не заглушать слова докладчика.

12. Правильно применяйте цифровые данные

- Проследите за тем, чтобы группы данных были дискретными (например, 1-10, 11-20, а не 1-10, 10-20).
- Данные необходимо подобрать так, чтобы их было удобно читать (например, упорядочить их по возрастанию или убыванию).
- Внизу под графиком укажите количество использованных в нем точек данных (например, n = 10).
- Ограничьте количество групп данных до шести. (Выберите пять самых важных групп)

13. Используйте единое стилевое оформление

- Стиль может включать: определенный шрифт (гарнитура и цвет), цвет фона или фоновый рисунок, декоративный элемент небольшого размера и др.;
- Не рекомендуется использовать в стилевом оформлении презентации более 3 цветов и более 3 типов шрифта;
- Оформление слайда не должно отвлекать внимание слушателей от его содержательной части;
- Все слайды презентации должны быть выдержаны в одном стиле.

14. Правильно применяйте текстовую информацию

- Для основного текста на слайдах не рекомендуется использовать прописные буквы.
- Шрифтовой контраст можно создать посредством: размера шрифта, толщины шрифта, начертания, формы, направления и цвета.
- Размер шрифта: 24–54 пункта (заголовок), 18–36 пунктов (обычный текст);
- Цвет шрифта и цвет фона должны контрастировать (текст должен хорошо читаться), но не резать глаза;
- Тип шрифта: для основного текста используйте гладкий шрифт без засечек (Arial, Tahoma, Verdana), для заголовка можно использовать декоративный шрифт, если он хорошо читаем;
- Курсив, подчеркивание, жирный шрифт, прописные буквы рекомендуется использовать только для смыслового выделения фрагмента текста;
- Шрифты с засечками (TimesNewRoman) читаются легче, чем гротески (шрифты без засечек).

15. Правильно выбирайте цветовую гамму

- Цветовая гамма должна состоять не более чем из двух-трех цветов.
- Существуют не сочетаемые комбинации цветов.
- Черный цвет имеет негативный (мрачный) подтекст.
- Белый текст на черном фоне читается плохо (инверсия плохо читается).

16. Правильно располагайте информационные блоки на слайде

- Информационных блоков не должно быть слишком много (3-6);
- Рекомендуемый размер одного информационного блока — не более 1/2 размера слайда;
- Желательно присутствие на странице блоков с разнотипной информацией (текст, графики, диаграммы, таблицы, рисунки), дополняющей друг друга;
- Ключевые слова в информационном блоке необходимо выделить;
- Информационные блоки лучше располагать горизонтально, связанные по смыслу блоки – слева направо;
- Наиболее важную информацию следует поместить в центр слайда;

17. Соблюдайте правила общей композиции

- На полосе не должно быть больше семи значимых объектов, так как человек не в состоянии запомнить за один раз более семи пунктов.
- Логотип на полосе должен располагаться справа внизу (слева наверху и т. д.).
- Логотип должен быть простой и лаконичной формы.
- Дизайн должен быть простым, а текст – коротким.
- Изображения домашних животных, детей, женщин и т.д. являются положительными образами.
- Крупные объекты в составе любой композиции смотрятся довольно неважно. Аршинные буквы в заголовках, кнопки навигации высотой в 40 пикселей, разделитель одного цвета, растянутый на весь экран — все это придает дизайну непрофессиональный вид.

Выполняя вышеизложенные правила, не стоит забывать, что на каждое подобное утверждение есть сотни примеров, доказывающих обратное. Поэтому приведенные утверждения нельзя назвать общими и универсальными правилами дизайна, они верны лишь в определенных случаях.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения лекционных и семинарских занятий должны быть оснащены специализированной мебелью.

1. Необходимые технические средства обучения:
- мультимедийная приставка к ПК;
- слайдпроектор;
- переносной экран.

2. Библиотечный фонд литературы.

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine;

		Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом

6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«24» апреля 2026 г.
протокол № 9
Зав.кафедрой
П.Е.Багновская

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«26» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ИНОСТРАННЫЙ (АНГЛИЙСКИЙ) ЯЗЫК

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки
49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 1, 2, 3
Семестр – 1, 2, 3, 4, 5
Промежуточная форма контроля – зачет (2 семестр), контрольная работа (3 семестр)
Итоговая форма контроля – экзамен (5 семестр)

Рабочую программу разработал:
зав. кафедрой Багновская П.Е.

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1. Выписка из федерального государственного образовательного стандарта	3
2. Результаты обучения по дисциплине	3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП	4
4. Объём дисциплины и виды учебной работы	5
5. Содержание дисциплины	5
5.1. Количество часов по видам занятий	5
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий	6
5.2.1. Содержание лекционных занятий	-
5.2.2. Содержание практических занятий	6
6. Самостоятельная работа студентов	8
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации	11
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины	11
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы	12
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля	12
7.2.2. Тестовые задания по дисциплине	14
7.2.3. Вопросы к зачету (экзамену)	15
8. Перечень основной и дополнительной литературы	21
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet	21
9.1 Электронные библиотечные системы	21
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы	21
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	22
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины	22

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования 3++ по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» Приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 № 943.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включает:

01*Образование и наука* (в сфере дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04*Культура, искусство* (в сфере туризма, в сфере санитарно-курортного отдыха и лечения);

05*Физическая культура и спорт* (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации) (п. 1.11.).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники могут готовиться к решению *задач профессиональной деятельности* следующих типов: (ФГОС49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм», п. 1.12.):

педагогическая;
тренерская;
рекреационно-оздоровительная;
организационно-методическая;
организационно-управленческая;
научно-исследовательская.

Организация может устанавливать *профиль программы* и конкретизировать ее содержание с учетом *типов задач* профессиональной деятельности.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение магистром знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Формируемые компетенции
Знать:- грамматику и лексику иностранного языка; - о спорте в странах изучаемого языка;- нормативные клише иностранного	**Педагог - 01.001 А/01.6** Основы поликультурного образования	УК-1, УК-4

языка, необходимые для письменной речи профессионального характера; - основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - правила составления рефератов и аннотаций к текстам по теме.		
Уметь: - устанавливать письменный и устный контакты и обмениваться информацией на иностранном языке с собеседниками; - излагать свои мысли в письменной и устной формах на иностранном языке для решения задач профессиональной деятельности; - вести диалог по пройденной тематике; - дискутировать по темам; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык.	**Педагог - 01.001 А/01.6** - Владеть ИКТ-компетентностями. - Использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе для которых русский язык не является родным	УК-1, УК-4
Иметь опыт: - коммуникации в устной и письменной формах по пройденной тематике; - навыков анализа прочитанного материала и использования творческого потенциала. -аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; **-** публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).	**Педагог - 01.001 А/01.6** - Формирование навыков, связанных с информационно-коммуникационными технологиями (далее - ИКТ) - Формирование универсальных учебных действий	УК-1, УК-4

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Иностранный (английский) язык» относится к обязательной части ОПОП (Б1.О.01). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-3 курсах, по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации – зачет (2 семестр), контрольная работа (3 семестр). Итоговая форма контроля - экзамен (5 семестр).

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы		Всего часов	Семестры				
			1	2	3	4	5
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**26**	4	4	4	6	8
Лекции		-	-	-	-	-	-
Семинары		-	-	-	-	-	-
Практическая работа		26	4	4	4	6	8
Лабораторные работы		-	-	-	-	-	-
Промежуточная и итоговая аттестация (зачет, экзамен)		13	-	4	к/р		9
Самостоятельная работа		**177**	36	35	36	35	35
Общая трудоемкость	**Часы**	**216**	**40**	**39/4**	**40**	**41**	**43/9**
	ЗЕ	**6**					

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лекции	Практич. занятия	Самост. работа
1 семестр	40	-	4	36
1. Я - студент. Спряжение глаголов to be, to have. Множественное число существительных. Степени сравнения прилагательных и наречий. Неопределенные времена действительного залога. Местоимения. Оборот there is/there are. Словообразование.				
2 семестр	39	-	4	35
2. Город. Неопределенные местоимения some, any, no и их производные. Неопределенные времена действительного залога. Продолженные времена действительного залога. Совершенные времена действительного залога. Модальные				

глаголы и их эквиваленты.				
Индивидуальная работа по подготовке к зачету	4	-	-	4
3 семестр	40	-	4	36
3. Наша академия. Физическая культура и спорт в нашей стране. Функции и значения слов it, that, one. Простые и неличные формы глагола. Participle I, Participle II. Неопределенные времена страдательного залога.				
4 семестр	41	-	6	35
4. Великобритания. Времена страдательного залога. Продолженные времена страдательного залога. Совершенные времена страдательного залога.				
5 семестр	43	-	8	35
5. Олимпийские игры. Специализация. Функции инфинитива в предложении. Перевод инфинитива на русский язык. Образование и употребление всех временных форм глагола в действительном и страдательном залоге.				
Индивидуальная работа по подготовке к экзамену	9	-	-	9
Всего:	216	-	26	177/13

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.2. Содержание практических занятий

Тема 1: **Я - студент (4 часа)**

Грамматика: Спряжение глаголов to be, to have. Множественное число существительных. Степени сравнения прилагательных и наречий. Неопределенные времена действительного залога. Лексика: Активная и спортивная лексика темы «Я - студент». Текст: “About myself”. Устная речь. Вопросно-ответные упражнения. Пересказ темы.

Изучение темы направлено на приобретение:

- знаний устной и письменной форм коммуникации на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия и правил организации речи в соответствии с видом и

ситуацией общения; умений устанавливать письменные и устные контакты и обмениваться информацией на иностранном языке с собеседниками; излагать свои мысли на иностранном языке в устной и письменной форме в целях решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия; навыков коммуникации в устной и письменной формах на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия (УК-1, УК-4).

Тема 2: Город (4 часа)

Грамматика: Неопределенные местоимения some, any, no и их производные. Продолженные времена действительного залога. Совершенные времена действительного залога. Модальные глаголы и их эквиваленты. Лексика: Активная и спортивная лексика темы «Город». Тексты: «Moscow – the Capital of the 1980 Olympic Games", "St.Petersburg"."Smolensk". Устная речь. Вопросно-ответные упражнения. Пересказ темы.

Изучение темы направлено на приобретение:

- знаний устной и письменной форм коммуникации на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия и правил организации речи в соответствии с видом и ситуацией общения; умений устанавливать письменные и устные контакты и обмениваться информацией на иностранном языке с собеседниками; излагать свои мысли на иностранном языке в устной и письменной форме в целях решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия; навыков коммуникации в устной и письменной формах на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия (УК-1, УК-4).

Тема 3: **Наш университет. Физическая культура и спорт в нашей стране. (4 часа)**

Грамматика: Функции и значения слов it, that, one. Безличные предложения Participle I, Participle II. Независимый причастный оборот. Неопределенные времена страдательного залога. Лексика: Активная и спортивная лексика темы «Наш университет». Тексты: "About our Academy", "British Universities", "Physical education and sports in Russia". Устная речь. Вопросно-ответные упражнения. Пересказ тем. Деловая игра по теме. Видеофильм «Наши выпускники на Олимпийских играх».

Изучение темы направлено на приобретение:

- знаний устной и письменной форм коммуникации на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия и правил организации речи в соответствии с видом и ситуацией общения; умений устанавливать письменные и устные контакты и обмениваться информацией на иностранном языке с собеседниками; излагать свои мысли на иностранном языке в устной и письменной форме в целях решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия; навыков коммуникации в устной и письменной формах на

иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия (УК-1, УК-4).

Тема 4:Великобритания (6 часов)

Грамматика: Неопределенные времена страдательного залога. Продолженные времена страдательного залога. Совершенные времена страдательного залога. Лексика: Активная и спортивная лексика темы. Тексты: “Great Britain”, “Sport in Great Britain”, “London”.Устная речь. Вопросно-ответные упражнения. Пересказ темы.

Изучение темы направлено на приобретение:

- знаний устной и письменной форм коммуникации на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия и правил организации речи в соответствии с видом и ситуацией общения; умений устанавливать письменные и устные контакты и обмениваться информацией на иностранном языке с собеседниками; излагать свои мысли на иностранном языке в устной и письменной форме в целях решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия; навыков коммуникации в устной и письменной формах на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия (УК-1, УК-4).

Тема 5: Олимпийские игры. Специализация (8 часов)

Грамматика: Функции инфинитива в предложении. Перевод инфинитива на русский язык. Образование и употребление всех временных форм глагола в действительном и страдательном залоге. Лексика: Активная и спортивная лексика темы. Тексты:“The Olympic Games”, “Tourism and Hiking”, “Подготовка к походу”, “Что надеть?”, “Что взять?”, “Кемпинг”, “Личная безопасность”, «Москва», «Санкт-Петербург», «Достопримечательности Лондона». Выполнение вопросно-ответных упражнений. Пересказ тем.

Изучение темы направлено на приобретение:

- знаний устной и письменной форм коммуникации на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия и правил организации речи в соответствии с видом и ситуацией общения; умений устанавливать письменные и устные контакты и обмениваться информацией на иностранном языке с собеседниками; излагать свои мысли на иностранном языке в устной и письменной форме в целях решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия; навыков коммуникации в устной и письменной формах на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия (УК-1, УК-4).

6. Самостоятельная работа студентов

При изучении раздела студент самостоятельно готовится по следующим темам и выполняет творческие самостоятельные задания:

№п/п	Содержание работы Темы занятий	Количе- ство ча-	Виды контроля

		сов	
Тема 1 Я – СТУДЕНТ			
1. 2. 3.	Переписать слова и выражения в спортивный словарь, написать их транскрипцию, пользуясь англо-русским словарем. Выучить слова. Чтение и перевод текста “About myself”, выписать в словарь незнакомые слова из текста. Выполнение грамматического задания. Подготовка пересказа темы «Я – студент». Литература: [1] – с. 5-9. [5] – с.10-12, 14-24, 27-29, 29-33, 34-36, 37-40. [6] – с. 5-10.	36	Устный опрос слов. Проверка чтения и перевода текста. Проверка индивидуальных словарей. Проверка устного и письменного выполнения грамматических упражнений. Опрос пересказа.
Тема 2 ГОРОД			
1. 2. 3. 4.	Переписать слова и выражения в спортивный словарь, написать их транскрипцию, пользуясь англо-русским словарем. Выучить слова. Чтение и перевод текстов, выписать в словарь незнакомые слова из текстов -«Moscow – the Capital of the 1980 Olympic Games”, “St.Petersburg”, “Smolensk”. Выполнение грамматического задания. Подготовить ответы на вопросы по темам «Биография», «Город». Подготовка пересказ по теме. Литература: [1] – с. 10-15. [5] – с.20-24, 43-45, 46-48, 56-59.	35	Устный опрос слов. Проверка индивидуальных словарей. Проверка чтения и перевода текста. Проверка устного и письменного выполнения грамматических упражнений. Беседа по устным темам. Опрос пересказа по теме.
Тема 3 НАША АКАДЕМИЯ. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В НАШЕЙ СТРАНЕ			
1. 2. 3. 4.	Переписать слова и выражения в спортивный словарь, написать их транскрипцию, пользуясь англо-русским словарем. Выучить слова. Чтение и перевод текстов, выписать в словарь незнакомые слова из текстов About our Academy”, “Physical culture and sports in Russia’. Выполнение грамматического задания. Подготовить ответы на вопросы по теме «Наша Академия». Подготовка пересказа по темам. Литература: [2] – с. 5-11. [5] – с.83-85, 33-34, 65-70, 53-54.	36	Устный опрос слов. Проверка индивидуальных словарей. Проверка чтения и перевода текста. Проверка устного и письменного выполнения грамматических упражнений. Опрос пересказа по темам. Деловая игра. Видеофильм «Наши

			выпускники на Олимпийских играх».
Тема 4 ВЕЛИКОБРИТАНИЯ			
1. 2. 3. 4.	Переписать слова и выражения в спортивный словарь, написать их транскрипцию, пользуясь англо-русским словарем. Выучить слова. Чтение и перевод текстов, выписать в словарь незнакомые слова из текстов - “Great Britain”, “Sport in Great Britain”, “London”. Выполнение грамматического задания. Подготовить ответы на вопросы по теме «Великобритания». Подготовка пересказа по теме. Литература: [2] – с. 12-15. [5] – с.53-54.	35	Устный опрос слов. Проверка индивидуальных словарей. Проверка чтения и перевода текста. Проверка устного и письменного выполнения грамматических упражнений. Опрос пересказа по теме.
Тема 5 ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ. СПЕЦИАЛИЗАЦИЯ			
1. 2. 3. 4.	Переписать слова и выражения в спортивный словарь, написать их транскрипцию, пользуясь англо-русским словарем. Выучить слова. Чтение и перевод текстов, выписать в словарь незнакомые слова из текстов: “The Olympic Games”, “Tourism and Hiking”, “Подготовка к походу”, “Что надеть?”, “Что взять?”, “Кемпинг”, “Личная безопасность”, «Москва», «Достопримечательности Лондона», «Вашингтон». Выполнение грамматического задания. Подготовить ответы на вопросы по теме «Олимпийские игры», «Специализация». Подготовка пересказа по темам. Дискуссии на английском языке по теме «Специализация». Литература: [3] – с.5-7.[4] – 4-5, 6-7, 8-9, 11-13, 24-26, 28-30, 31-32, 42-43, 43-44. [5] – с. 72-75, 37-56.	35	Устный опрос слов. Проверка индивидуальных словарей. Проверка чтения и перевода текста. Проверка устного и письменного выполнения грамматических упражнений. Опрос пересказов по темам.

Список литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно

1. Багновская П.Е., Дашдамирова И.В. Методические рекомендации по английскому языку для студентов 1 курса факультета заочного обучения СГАФКСТ. Смоленск, 2019. – с.16

2. Багновская П.Е., Дашдамирова И.В. Методические рекомендации по английскому языку для студентов 2 курса факультета заочного обучения СГАФКСТ. Смоленск, 2019. – с. 16

3. Багновская П.Е., Дашдамирова И.В. Методические рекомендации по английскому языку для студентов 3 курса факультета заочного обучения СГАФКСТ. Смоленск, 2019. - с. 11

4. 3. Дроздова Н.П., Филатова Л.А. Туризм. Учебное пособие для студентов 3 курса СГАФКСТ / Н.П. Дроздова, Л.А. Филатова. Смоленск: ООО «Принт-Экспресс», 2009. – 87 с.

5. Практическая грамматика английского языка: учебно-методическое пособие «Практическая грамматика английского языка» для студентов 1-2 курсов факультета физической культуры, спорта и оздоровительных технологий по направлениям подготовки 49.03.04 «Спорт» 49.03.01 «Физическая культура»: [16+] / авт.-сост. П. Е. Багновская, И. В. Дашдамирова; Смоленский государственный университет спорта, Кафедра иностранных языков. – Смоленск: Смоленский государственный университет спорта, 2025. – 80 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=730272 (дата обращения: 04.02.2026). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

6. Словообразование в английском языке: учебно-методическое пособие: [16+] / авт.-сост. И. В. Дашдамирова, Л. А. Жебрунова; Смоленский государственный университет спорта, Кафедра иностранных языков. – Смоленск: Смоленский государственный университет спорта, 2025. – 49 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=730275 (дата обращения: 04.02.2026). – Текст: электронный.

7. Мюллер В.К. Англо-русский и русско-английский словарь. 75 тыс. слов. – Москва, «Ладком», 2017 – 608 стр.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-1 – способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач. **УК-4** - способен осуществлять деловую коммуникацию в	**Педагог - 01.001 А/01.6** Основы поликультурного образования	**Знает:** - основные понятия и терминологию на иностранном языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в иностранном языке; - правила воспроизведения изучаемого материала в

устной и письменной формах на государственном и иностранном(ых) языке	**Педагог - 01.001 А/01.6** - Владеть ИКТ-компетентностями. - Использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе для которых русский язык не является родным **Педагог - 01.001 А/01.6** - Формирование навыков, связанных с информационно-коммуникационными	категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; **Умеет:** на иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; **Имеет опыт:** - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной

	технологиями (далее - ИКТ) - Формирование универсальных учебных действий	терминологией на иностранном языке; - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль осуществляется в виде:

- устного опроса, чтения и перевода текстов;
- проверки выполнения домашних заданий;
- вопросно-ответных упражнений;
- контрольных переводов и контрольных работ;
- устного и письменного опроса активной и спортивной лексики.

Промежуточный контроль – зачет (2 семестр), контрольная работа (3 семестр)

Итоговый контроль – экзамен (5 семестр)

Содержание контрольной работы

1. ПРОЧТИТЕ И ПЕРЕВЕДИТЕ СЛЕДУЮЩИЙ ТЕКСТ. ВЫПИШИТЕ НЕЗНАКОМЫЕ СЛОВА ПО ТЕКСТУ В СЛОВАРЬ С ТРАНСКРИПЦИЕЙ И ПЕРЕВОДОМ.

THE BRITISH UNIVERSITIES

When people speak about higher education in Great Britain they usually think of university education. There are 48 universities in Great Britain 36 in England, 8 in Scotland, 1 in Wales and 2 in Northern Ireland.

The leading universities in England are Oxford, Cambridge and London. English universities differ greatly from each other. They differ in the date of foundation, history, traditions, general organization, methods of teaching, way of students' life,etc .Each university has its own problems.

The oldest and most famous universities in England are Oxford and Cambridge. They were founded in the Middle Ages. Apart from lectures teaching is carried out by tutorial system, for which these two universities have always been famous. This is a system of individual teaching. Every student has a tutor, who plans his students' work. Each student goes to his tutor once a week to discuss the work which the student has prepared.

Sport is very popular among students. Rowing in fours or eights occupies a leading place in the sporting life of universities. The annual race between Oxford and Cambridge teams has become almost a national festival.

ПРИМЕЧАНИЯ К ТЕКСТУ:

Apart from lectures - кроме лекции

Carry out - осуществлять

Tutorial system - система прикрепления студентов к отдельным консультантам

2. ПОВТОРИТЕ ФУНКЦИИ И ЗНАЧЕНИЯ СЛОВ it, that, one; ПРОСТЫЕ И НЕЛИЧНЫЕ ФОРМЫ ГЛАГОЛА: Participle I, Participle II; НЕОПРЕДЕЛЕННЫЕ

ВРЕМЕНА СТРАДАТЕЛЬНОГО ЗАЛОГА. ФУНКЦИИ И ЗНАЧЕНИЯ СЛОВ it, that, one; ПРОСТЫЕ И НЕЛИЧНЫЕ ФОРМЫ ГЛАГОЛА: Participle I, Participle II; НЕОПРЕДЕЛЕННЫЕ ВРЕМЕНА СТРАДАТЕЛЬНОГО ЗАЛОГА.

ПОВТОРИВ ГРАММАТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ, ПРИСТУПАЙТЕ К ВЫПОЛНЕНИЮ УПРАЖНЕНИЙ.

1. Перепишите и переведите следующие предложения на русский язык, учитывая изменения значений слов it, that, one в зависимости от выполнения ими грамматических функций:

It is necessary to train regularly. That coach was a student of our institute. The book that I am reading is very interesting. Our trainer is an experienced one, he is a Master of Sport.

2. Перепишите и переведите на русский язык следующие предложения, учитывая различные значения глаголов (модальное, смысловое, вспомогательное):

I am a student. I have the first degree in track-and-field. We have taken part in many competitions. We have to study English.

3. Перепишите и переведите на русский язык следующие предложения, подчеркните сказуемое и определите его временную форму и залог:

Образец: We have already translated the text.

have translated - Present Perfect, Active

I have been a member of the institute team. The finals for Russia Cup were played last Sunday. The biathlon has been cultivated in our country only since 1965. Who will be included in the team which is to represent our country? The national gymnastics championship is being held in Moscow now. Football is played by two teams of 11 players each. We had had our training by 8 o'clock in the evening.

4. Перепишите и переведите на русский язык следующие предложения, обращая внимание на функции и перевод Participle I, Participle II:

The leading sportsmen of our country have taken part in this contest. The first gold medal won by the Russian sportsmen was a surprise. We shall be training at 6 o'clock tomorrow. Now a new sport complex is being built in our country. This famous sportsman has been awarded with the order.

4. ПРОЧИТАЙТЕВОПРОСЫИПРИМЕРНЫЕОТВЕТЫНАНИХ. УМЕЙТЕ ОТВЕЧАТЬ НА ЭТИ ВОПРОСЫ.

ВОПРОСЫ ПО ТЕМЕ "НАША АКАДЕМИЯ”

1. Where do you study? - I study at the Smolensk State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism. 2. Where is the Smolensk State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism situated? - The Smolensk State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism is situated in Gagarin Avenue. 3. When did you enter the Academy? - I entered the Academy in 2008.4. When will you graduate from the Academy? - I'll graduate from the Academy in 2013. 5. What faculty do you study in? - I am a student of the extra-mural faculty. 6. Who is the Dean of the extra-mural faculty? - Comrade S. is the Dean of the extra-mural faculty. 7. What year student are you? -I am a second-year-student. 8. What subjects do you study this term? - I study biochemistry, physiology, philosophy, a foreign language and others. 9. What sport facilities are there at the Academy of Physical Culture, Sports and Tourism? - There are different sport facilities at the Academy gymnasiums, sports grounds and a stadium. 10. Are there many Masters of Sport among the students of the academy? – Yes, there are. 11. There are many Masters of Sport among the students of the Academy. 12. Where do the graduates of the Academy work? - The graduates of the Academy work at schools in different parts of the country. 13. What specialists does the Academy train? - The Academy trains the teachers of physical culture and coaches.

Содержание зачета

До зачета выполнить тест соответствующего семестра. Зачет получают студенты, не имеющие задолженностей по материалу семестра.

Итоговый контроль – экзамен

Содержание экзамена

1. Письменный перевод со словарем с иностранного языка на русский язык спортивного текста по специальности, объемом 1000 – 1500 печатных знаков.
2. Пересказ одной из пройденным устных тем.

К сдаче экзамена допускаются студенты, не имеющие задолженностей по текущей успеваемости и сдавшие все зачеты.

7.2.2. Тестовые задания по дисциплине

Тест № 1(2 семестр)

Дроздова Н.П., Филатова Л.А. Методические рекомендации по английскому языку для проведения тестов со студентами 1-2 курсов СГАФКСТ. Смоленск, 2015

стр. 4, упр. 1, 2, 5

стр. 5, упр. 1, 2, 4, 5

стр. 6, упр. 1, 3, 7

Тест № 2(3 семестр)

Дроздова Н.П., Филатова Л.А. Методические рекомендации по английскому языку для проведения тестов со студентами 1-2 курсов СГАФКСТ. Смоленск, 2015

стр. 8, упр. 2, 3, 5, 6, 8, 9

стр. 11-12, (чтение и перевод текста «Москва-столица Олимпиады-80»

Тест № 3(4 семестр)

Дроздова Н.П., Филатова Л.А. Методические рекомендации по английскому языку для проведения тестов со студентами 1-2 курсов СГАФКСТ. Смоленск, 2015

стр. 9, упр. 1, 2, 3, 5, 6

стр. 12-13, (чтение и перевод текста «Пушкин и спорт»)

7.2.3. Вопросы к экзамену

Вопрос 1

Чтение, письменный перевод со словарем текстов: «Camping Overnight», «Ways of Travelling», «Kinds of Tourism», «Travelling and Traveller», «Sport Tourism» (1), «Sport Tourism» (2), «Sport Tourism» (3), «Sporting Events».

Вопрос 2

Расскажите: о себе и своей семье; что вы знаете о нашем университете; что вы знаете о Смоленске или расскажите о своем родном городе; о своей Родине – России; что вы знаете о физической культуре и спорте в нашей стране; что вы знаете о Великобритании; о своей специализации; что вы знаете о США; что вы знаете о прошлом и

настоящем Олимпийских игр, об участии нашей страны в них; что вы знаете о спорте в Великобритании и США.

Экзаменационные тексты

TRAVELLING AND TRAVELLER

The term "tourism" came into Russian from French (French tourisme from tour - walk, trip) and means travelling in free lime. It is one of the kinds of active rest.

Travelling and tourism are two interrelated notions which describe a certain way of life of a man. Tourism is a temporary motion of a man to some other place or country and return to his location.

In Italy the term "tourism" (turismo) appeared in the second half of the 19'h century. At that time travelling, which was the privilege of some rich adventurers, became a tradition for wide sections of the population.

At the end of the 19l' century new forms of tourism began to appear. It was connected with the development of new means of transport — a bicycle and a car. The bicycle became a popular "tourist machine". A great number of cycle fans appeared and the bicycle played an important part in the development of tourism:

In 1885 "Russian Touring Club" was formed in Saint-Petersburg. And this date is considered to be the beginning of tourism development in Russia, later on the "Russian Society of Tourists" was established and existed till 1915. About 15 thousand people were the members of the society. It published its magazines "Cycle", "Russian Tourist", "Traveller" and guide-books.

Nowadays tourism is a powerful world industry. It produces up to 10 percent of world gross product. More and more people are involved in the sphere of tourism. Annually the number of travellers increases up to 4 percent. Tourists prefer undangerous directions. Europe holds the leading position in the world. The most attractive countries are Italy, Spain, Greece.

Notes

interrelated — взаимосвязанный
motion — перемещение
adventurers— искатели приключений
later on – позже
gross product – валовый продукт

SPORTING EVENTS

Many sporting events last for no more than a few hours and informal sports tourism involves individuals traveling long distances to watch a single match before returning home. Some of these independent travelers do not visit tourist sites or explore the area. In some instances, groups of sports fans charter coaches or buses so that they can discuss the sport on the way to the event and talk about the outcome on the way home. Fans of some sports have been known to riot after sporting events and police in such cities often escort people on sports tourism trips into and out of the sports arena.

Aside from watching sports events, many tourists participate in sports such as snorkeling, rock climbing and other types of outdoor activities. In some instances, these individuals have to undergo some training before they can participate in certain activities such as climbing steep mountainsides or diving at certain depths. Some travel operators cater to both serious sports participants and recreational travelers who want to experience outdoor activities but who also want to tour historic sites and participate in non-sports related activities.

Sports tourism can involve travel to sporting locations even when no events are scheduled to take place. Many sports stadiums have museums and schedule tours that enable sports fans to get a behind the scenes view of their favorite sports teams. Some tennis and golf clubs allow visitors to use the same facilities that are normally used by professionals taking part in major events.

Notes:

To riot – нарушать общественный порядок

snorkeling – погружение с аквалангом

steep mountain sides – крутые горные склоны

SPORT TOURISM (1)

Sports tourism involves people traveling to participate or to observe sports. These activities may include people competing in an international event, such as the Olympics, or simply sitting amongst the audience watching the World Cup match.

Sports tourism involves traveling to specific locations to watch sporting events or to participate in sports. Many travel firms market all inclusive travel deals which include tickets to sporting events, accommodation and meals for sports fans. Some people prefer to make their own travel arrangements and buy transportation and event tickets without the assistance of travel agents.

The British Tourism Authority claims that 20% of the tourist trips are for the prime purpose of sport participation, and 50% of the tourist trips include among other purposes sport participation.

There are various health impacts involved when looking at sports tourism. People are generally interested and motivated to play sports when participating in sports tourism. Many people all over the world travel to Hawaii to surf as it is a popular destination for big waves. The physiological impact of sports tourism can be seen in athletes who are actively involved, going overseas to compete with other people. These athletes typically have a good physique as it is naturally normal for them to want to improve and train to be better. They lead a lifestyle which centers on their health and physical well-being.

Sports allows for the mind to relax when done for recreation. People who engage in sports tourism in a non-competitive environment typically use it as an opportunity to get away and re-charge. Sports also cause the brain to secrete endorphins, which prevents stress and strengthens the body against pain. At the same time, it makes people increase their self-confidence and boosts their self-esteem.

Notes:

impact - влияние

physique - телосложение

re-charge - перезарядиться

well-being - благополучие

boost – повышать, развивать

self-esteem - самоуважение

SPORT TOURISM (2)

The health risks involved in sports tourism applies to both the athletes and fans. They might train too hard to compete, risking injuries. Also, one needs time to adapt to another country and this may sometimes be difficult, sometimes even causing sickness (for example, jet lag). Similarly, because of the internal time difference, fans all over the world purposely stay up to watch games, and this leads to an irregular sleeping pattern. Cases of fans falling ill during these periods are common, with increased consumption of junk food combined with late nights.

The environmental impacts of sports tourism is classified as negative impacts. It consists of pollution and depletion. In this case, it refers to depletion of resources.

For a sports events to be held (which is the main reason for sports tourism), many resources are required.

Pollution can occur in terms of air, land, water and sound. Air pollution happens basically due to the emission of harmful gases from vehicles. For example during major world games such as the Olympics and World Cup, there will be more vehicles than usual thus increasing the amount of air pollution. Sound pollution occurs due to the noise made by the spectators. As for land pollution, it usually occurs in natural habitats. For instance, sports like

mountain climbing pollute the land as the equipments used can destroy the natural surroundings. Apart from that, littering caused by the masses also contribute to land pollution.

Among the socio-cultural impacts of sports tourism are cultural exchanges, preservation of traditions, national identity, and, unfortunately, violence. The use of land is necessary to sports tourism. Sports take up space. Some of these sports may even require facilities to be specially built. For instance, golf will definitely require land to be allocated to build its course. Singaporeans, who want to experience golf in a bigger and more fulfilling golf course, may seek to travel to nearby Malaysia instead, and this is a form of land use for Malaysia resulting from sports tourism.

Notes:

consumption – зд. потребление
junk food – несвежая еда
impact - влияние
depletion - истощение
emission - выделение
habitat – естественная среда
littering - замусоривание
masses – массы людей

SPORT TOURISM (3)

It is certain that cultural exchanges will take place whenever people of different cultural backgrounds meet. Sports tourists will nevertheless learn about the culture of the country they visit when they arrive at their destination, although their main purpose of travel is to participate in sports or to observe sports (but not for cultural purposes).

Once-dying traditions can also be ‘revived’ through sports tourism. The need to display these traditions to tourists will bring these traditions ‘back to life’. Showcasing traditional food, traditional costumes, culture and ethnics will not only enrich these sports tourists’ experience to the country, but also help preserve the traditions, instead of letting them gradually disappear from this world.

Violence usually occurs among the spectators who are unsatisfied with the announced results. The spectators/audiences usually from the losing side will create fights with the other side. Violence is one of the negative impacts that can arise from sports tourism. It is an unhealthy scene as this can sour the relationship between two counterparts. Violence in sports tourism does not only happen among countries, but also within one country itself.

The national pride and prestige one feels when a mega event is held in his country is perpetual. It is a proud feeling to know that your country is able to hold an international event, because it will be broadcast worldwide, and therefore known to the rest of the world.

In Germany "national pride" ("Nationalstolz") is often associated with the former Nazi regime. Strong displays of national pride are therefore considered poor taste by many Germans. There is an ongoing public debate about the issue of German patriotism. The World Cup in 2006, held in Germany, saw a wave of patriotism sweep the country in a manner not seen for many years. Although many were hesitant to show such support as the hanging of the national flag from windows, as the team progressed through the tournament, so too did the level of support across the nation. By the time the semi-final against Italy came around, the level of national pride and unity was at its highest throughout the tournament, and the hosting of the World Cup is seen to have been a great success for Germany as a nation.

Notes:

once-dying - когда-то умирающий
showcasing – зд. выставка
violence – насилие, оскорбление

KINDS OF TOURISM

Water tourism (also known as a boating holiday) is traveling by boat while on holiday, with the express purpose of seeing things meant for the water tourist. This can be

traveling from luxury port to luxury port, but also landing a boat for lunch or other day recreation at specially prepared day boat-landings.

Wildlife tourism can be an eco and animal friendly tourism in both captive and wild environments. It has experienced a dramatic and rapid growth in recent years worldwide. Wildlife tourism, in its simplest sense, is watching wild animals in their natural habitat.

Wildlife tourism is also a multi-million dollar industry offering customized tour packages and safaris.

A safari is an overland journey. It usually refers to a trip by tourists to Africa, traditionally for a big-game hunt; today the term often refers to a trip taken not for the purposes of hunting, but to observe and photograph big game and other wildlife. There is a certain theme or style associated with the word, which includes khaki clothing, belted bush jackets, pith helmets or slouch hats, and animal skins - like leopard's skin.

Originally from the Arabic safra means a journey. Although the word safari came to popular usage in reference to hunting and touring expeditions in East Africa, it is now also used to mean watching and photographing wildlife in all parts of Africa. The term has also spread to cover other adventurous journeys and expeditions, including whale watching safaris, Arctic safaris, Amazon safaris, eco-safari, etc.

A big-game hunter is a person engaged in hunting for large animals for trophies or game. The pursuit of the major objective might place the hunter at risk of personal harm. Potential big-game sought include, but are not limited to, bears, big cats, boars, elephants, buffalo, kudu, antelope, rhinoceros, hartebeest, moose, elk, and deer. Big game hunters hunt in places such as New Zealand, British Columbia, Montana, Ethiopia, Zambia and other parts of Africa. The weapons they use include, but are not limited to, rifles, shotguns, and some types of handguns.

Notes:

Over land journey – путешествие по суше

big-game – большая дичь

WAYS OF TRAVELLING

People have travelled ever. They travel on business and for pleasure. Thousands of people spend their holidays travelling. They travel by train, by plane or in their own cars. They go cruising-on rivers and seas in private yachts or comfortable ships. They hike in forests, visit natural reserves and other places of interest. Some people prefer hitchhiking on highways, when they stop a car which goes their way and ask to take them.

Those who want to travel either for pleasure or on business have at their disposal various means of transport. When you decide where to go, the main thing is to get tickets. Sometimes it's a problem. Young people try to avoid it. So they prefer hiking. It is becoming more popular. Hiking we are developed physically. It is very .important for teenagers as schools do not devote enough time to physical training. Hiking requires stamina. But if you are tired and can't go on further with a rucksack on the back, you may stay overnight and put up a tent. It's a pleasure to have a rest near a river or a lake in the fresh air closer to nature. Hiking has a great attraction for those who like to be outdoors. Besides it is the cheapest way of travelling.

Many people prefer resorts where they have all conveniences and don't think about anything. The most popular resorts in the world are seaside resorts, ski resorts. All the services are of high quality and people come there for relaxation and recreation.

Many people go cruising on the Volga, the Black Sea. For them there is no travel so fine as by ship. It is wonderful to feel the fresh air and sea wind blowing in the face and hear the cry of the sea-gulls.

Nowadays travelling has become a highly organized business.

Notes:

hitchhiking – путешествие автостопом

at their disposal – в своем распоряжении

CAMPING OVERNIGHT.

Choosing a campsite. It's a good idea to decide the general area where you intend to camp when you plan your route. Schedule your day so that you have plenty of time to choose the correct position for your camp. Many factors affect where you choose to camp, but safety should always come first. Campsite should be close to water supply, but away from animal drinking place. Trees provide shelter from prevailing winds. If you intend to build a fire, make sure there is a source of wood nearby. Pitch tent on cleared, level ground.

Building a fire. Make a fire away from the tent, but close enough to smoke out insects. *An ideal campsite.* The ideal site is close to a water-supply, sheltered from prevailing winds, and on level, well-drained ground. *Washing dirty dishes.* Wash pots downstream from collecting water. *Setting up camp:* Before you take your tent on a trip, practice setting it up, so that you will be able to erect it quickly if the conditions are poor; also check that it is serviceable. Once you are at the campsite, always put the tent up first, then make preparations for your stay. *Drying boots.* Leave your boots to dry upside down, so that creatures do not crawl inside them: *Plan your schedule.* Make sure that you have plenty of time to put up the tent and build a fire. The tent should be up, and cooking by dusk. *Inside your tent.* Organize your tent so you can reach as much as possible while inside your sleeping bag. Unpack items only as you use them, repacking when finished. There should always be a layer of air between the inner tent and outer flysheet; do not allow the two to touch. *Ingredients for a fire.* You will need three types of materials: tinder kindling, and main fuel. *Small fuel.* When the kindling is burning, add sticks that are about the width of a finger thick. *Main fuel.* Large sticks act as the main fuel. They should be thicker than your finger. *Large fuel.* Thick logs will keep a fire going overnight. Ensure that they are fully burned when you put the fire out.

Notes:
To schedule – планировать
schedule – график, расписание
to pitch a tent – установить палатку
level – зд. ровный
creatures – живые существа
dusk – сумерки
to build (up) a fire – разжечь костер
layer – слой
flysheet – ткань (тент)
pure – чистый
to purify – очищать
kindling – растопка
to cause – вызывать, быть причиной
to stay at a campsite – находиться в лагере
trash – мусор, отбросы

Рекомендации по оцениванию результатов достижения компетенций.

Показатели	Критерии оценивания	Средства оценивания
УК-4 - способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном и иностранном(ых) языке **УК-1** – способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять		

системный подход для решения поставленных задач.		
Знания (знать): Пороговый уровень	**Знает:** основную иноязычную терминологию направления адаптивной физической культуры, русские эквиваленты основных слов и выражений профессиональной речи; нормы профессиональной деловой письменной речи; международные стандарты видов служебных документов.	Устный опрос, контрольная работа, тест
Умения (уметь): **Стандартный уровень**	**Умеет:** работать с иностранной литературой по направлению подготовки; работать со словарем (читать транскрипцию, находить переводы фразеологических единиц).	Тесты, дискуссия, реферат с презентацией
Навыки (владеть): Эталонный уровень	**Владеет:** иностранной разговорной речевой деятельностью применительно к сфере бытовой и профессиональной коммуникации; формами деловой переписки с иностранными партнерами; основами реферирования и аннотирования иностранной литературы по специальности.	Тест, творческий проект

8. Перечень основной и дополнительной литературы

1. 1. Багновская П.Е., Дашдамирова И.В. Методические рекомендации по английскому языку для студентов 1 курса факультета заочного обучения СГАФКСТ. Смоленск, 2019. – с.16

2. Багновская П.Е., Дашдамирова И.В. Методические рекомендации по английскому языку для студентов 2 курса факультета заочного обучения СГАФКСТ. Смоленск, 2019. – с. 16

3. Багновская П.Е., Дашдамирова И.В. Методические рекомендации по английскому языку для студентов 3 курса факультета заочного обучения СГАФКСТ. Смоленск, 2019. - с. 11

4. 3. Дроздова Н.П., Филатова Л.А. Туризм. Учебное пособие для студентов 3 курса СГАФКСТ / Н.П. Дроздова, Л.А. Филатова. Смоленск: ООО «Принт-Экспресс», 2009. – 87 с.

5. Практическая грамматика английского языка: учебно-методическое пособие «Практическая грамматика английского языка» для студентов 1-2 курсов факультета физической культуры, спорта и оздоровительных технологий по направлениям подготовки 49.03.04 «Спорт» 49.03.01 «Физическая культура»: [16+] / авт.-сост. П. Е. Багновская, И. В. Дашдамирова; Смоленский государственный университет спорта, Кафедра иностранных языков. – Смоленск: Смоленский государственный университет спорта, 2025. – 80 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. –

URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=730272 (дата обращения: 04.02.2026). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

6. Словообразование в английском языке: учебно-методическое пособие: [16+] / авт.-сост. И. В. Дашдамирова, Л. А. Жебрунова; Смоленский государственный университет спорта, Кафедра иностранных языков. – Смоленск: Смоленский государственный университет спорта, 2025. – 49 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=730275 (дата обращения: 04.02.2026). – Текст: электронный.

7. Мюллер В.К. Англо-русский и русско-английский словарь. 75 тыс. слов. – Москва, «Ладком», 2017 – 608 стр.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1. Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система НЦР «Руконт» [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://lib.rucont.ru/

2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://elibrary.ru/

3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс].- Режим доступа:http://lib.sportedu.ru

Справочно-информационные системы:

1.«КонсультантПлюс» [Электронный ресурс]: справочная правовая система. – Режим доступа: http://www.consultant.ru

2.«Гарант» [Электронный ресурс]: справочная правовая система. – Режим доступа: http://www.garant.ru

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

1. Онлайн-журнал с заметками о туризме [Электронный ресурс].- Режим доступа:https://www.sciencedirect.com/journal/journal-of-outdoor-recreation-and-tourism

2. Исследует влияние отдыха на открытом воздухе на здоровье людей; городскую планировку [Электронный ресурс].- Режим доступа:https://scholarworks.iu.edu/iupjournals/index.php/rptph

3. Журнал о туризме и сервисе в свободном доступе [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.longdom.org/tourism-hospitality.html

4. Международный журнал, посвящённый отдыху, туризму и маркетингу [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.inderscience.com/jhome.php?jcode=ijltm

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Все студенты обязаны пользоваться вводимым на занятиях грамматическим материалом, вести активный и спортивный словарь в тетради, а также иметь словарь с самостоятельно выписанными словами по проходимым темам. Все устные темы должны быть записаны в тетради.

Студент переводит тексты, пользуясь словарем, и записывает все незнакомые слова с транскрипцией и переводом в словарь по домашнему чтению. При ответе в аудитории студент читает и переводит текст, пользуясь записанным словарем. Чтобы овладеть грамматическим материалом, студент работает дома с записями в тетради данной грамматической темы, используя указанные учебники и учебные пособия, и только потом приступает к выполнению грамматических упражнений. Студент сначала заучивает заданный активный лексический материал и только потом приступает к работе с текстом (чтение, перевод, пересказ, вопросно-ответные и другие упражнения).

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины

- три персональных компьютера; ноутбук;
- класс с мультимедийной установкой;
- электронные таблицы по английскому языку;
- электронный спортивный словарь;
- видеофильмы на английском языке.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1.	Аудитория № 305 - помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung300E5A, проектор inFocusIN122a (стационарный), интерактивная доска с антибликовым покрытием, интерактивное устройство VirtualInkMimioXiinteractive, акустические колонки GeniusSP-205B.	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение № лицензии 23041709220 65924300631, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250499 Node 1 year Educational Renewal License;
2.	Аудитория № 316 -	Укомплектованы	-//-

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
	помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 30; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная трёхэлементная.	
№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
3.	Аудитория № 317 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 16; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная.	-//-
4.	Аудитория № 318а - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 24; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная трехэлементная.	-//-
5.	Аудитория № 318 - помещение для занятий семинарского типа,	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для	-//-

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
	групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	студентов – 18; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная.	

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления

			учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано:
Ответственный за ОПОП
по направлению по направлению подготовки
49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
профиль "Спортивно-оздоровительный туризм"
к.п.н., доцент Васильева З.В.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«01» июня 2026 г.
протокол № 10/26
Зав. кафедрой К.Н. Ефременков

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политики
А.В. Мазурина
«1» июня 2026 г.

ма по дисциплине

ФИЛОСОФИЯ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Формы обучения: заочная
Курс – 2
Семестр – 3, 4
Итоговая форма контроля: экзамен

Рабочую программу разработала:
доцент кафедры гуманитарных наук
к.п.н. И.А. Живуцкая

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта ВО ……. 3
2. Результаты обучения по дисциплине ……. 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП …… 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы ……. 5
5. Содержание дисциплины ……. 6
5.1. Количество часов по видам занятий ……. 6
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий …… 7
6. Самостоятельная работа студентов …… 17
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации ……. 21
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины …… 21
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы ……. 24
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 24
7.2.2. Тестовые задания по дисциплине..... 24
7.2.3. Вопросы к зачету……..... 34
7.2.4. Кейсы, ситуационные задачи…… 36
8. Перечень основной и дополнительной литературы ……. 36
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины …… 37
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины ……. 38
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины ……. 41
ПРИЛОЖЕНИЕ 45

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта ВО

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

В результате освоения рабочей программы у выпускника должны быть сформированы компетенции:

УК-1 – способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач;

УК-5 – способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах;

УК-6 – способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

2. Результаты обучения по дисциплине.

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и опыта или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать: предмет «Философия» в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов, его историю и место в мировой культуре и науке.	Педагог А/01.6	УК-1; УК-5
научное представление о результатах образования, путях их достижения и способах оценки	Педагог А/02.6	УК-6
Уметь: находить ценностный аспект учебного знания и информации обеспечивать его понимание и переживание обучающимися	Педагог А/02.6	УК-5
использовать в практике своей работы: культурно-исторический подход	Педагог А/03.6	УК-1
владеть методами убеждения, аргументации своей позиции	Педагог В/03.6	УК-1

Иметь опыт: развития у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни	Педагог А/03.6 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых». А/04.6 А/05.6	УК-5; УК-6
формирования и реализации образцов и ценностей социального поведения, формирование толерантности и позитивных образцов поликультурного поведения	Педагог А/03.6 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых». А/04.6 А/05.6	УК-5;
формирования общекультурных компетенций и понимания места предмета в общей картине мира	Педагог В/03.6 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых». А/04.6 А/05.6	УК-5

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «философия» относится к обязательной части 1 Блока дисциплин: Б1.О.03.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в третьем и четвертом семестрах, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – экзамен.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: История России.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры					
			1	2	3	4	5	6
Контактная работа преподавателей с обучающимися								
Лекции		10			6	4		
Семинары								
Практические занятия		4				4		
Лабораторные работы								
Промежуточная аттестация (экзамен)		9				9		
Самостоятельная работа		85			30	55		
Общая трудоемкость	часы	108			36	72		
	ЗЕ	3			1	2		

5. Содержание дисциплины
5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебный работ					
		Лекции	Семинары	Практ. занятия	Лаборат. работы	Самост. работа	Промежуточ. аттестация (экзамен)
Раздел I. Основные этапы исторического развития философии.	56	6		2		48	
1. Предмет философии. Место и роль философии в обществе.	6	1				5	
2. Античная философия.	6	1				5	
3. Философия эпохи Средневековья.	6	1				5	
4. Философия эпохи Возрождения (Ренессанс)	6	1				5	
5. Философия Нового времени и философия эпохи Просвещения	6	1				5	
6. Философия XIX – XX вв.	6	1				5	
7. Зарубежная философия XX-XXI вв.	10			1		9	
8. Русская философия IX – XXI вв.	10			1		9	9
Раздел II Теоретический,	43	4		2		37	

системный курс философии							
9. Учение о бытии (онтология)	7	1				6	
10. Философия человека (Антропология)	7			1		6	
11. Учение об обществе (Социальная философия)	7			1		6	
12. Проблемы сознания и познания	7	1				6	
13. Философское учение о развитии. Диалектика	7	1				6	
14. Философия как методология научного познания	8	1				7	
Всего	108	10		4		85	9

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

Раздел I Основные этапы исторического развития философии (6 часов).

Тема 1. Предмет философии. Место и роль философии в обществе (1 час).

Место философии в системе гуманитарных наук. Предмет, объект и методы философии. Структура философского знания: разделы и уровни. Функции философии. Основной вопрос философии.

План лекции

1. Происхождение, предмет и методы философии.
2. Философия и мировоззрение.
3. Специфика философского знания.
4. Функции философии в обществе.
5. Основной вопрос философии.

Литература: 1, 2, 4.

Изучение темы направлено на приобретение:

Изучение темы направлено на приобретение
знаний: понятийного аппарата дисциплины «Философия»; базовых форм мировоззрения; места философии в системе гуманитарных дисциплин;
умений: использовать положения и категории философии для оценивания и анализа различных социальных тенденций, фактов и явлений;
опыта практической работы: рационального мышления и формирования на его основе личностной позиции; критического восприятия информации, поступающей из различных источников;
и формирование универсальных компетенций (УК-1; УК-6).

Тема 2. Античная философия (1 час).

Поиск первоначала бытия. Фалес. Анаксимен. Гераклит. Эмпедокл. Анаксимандр. Левкипп. Демокрит. Классический период античной философии. Этический релятивизм софистов и этический рационализм Сократа. Философские системы Платона и Аристотеля. Философские школы эллинистического периода.

План лекции

1. Античная философия досократовского периода.
2. Классический период античной философии. Софисты. Сократ
3. Объективный идеализм Платона.
4. Философские идеи Аристотеля.
5. Эллинистический период

Литература: 1, 2, 3

Изучение темы направлено на приобретение:
знаний: этапов развития философского знания в эпоху Античности; исторических и социокультурных предпосылок формирования философии Античности; выдающихся деятелей философии Античности; основных направлений философии Античности; основ культурно-исторического подхода для анализа событий, происходящих в эпоху Античности;
умений: ориентироваться в различных направлениях философии Античности, соотношении истины и заблуждения, знания и веры, рационального и иррационального в человеческой жизнедеятельности на данном этапе развития философского знания; применять методы убеждения, излагать аргументы в пользу своей позиции;
опыта практической работы: рационального мышления и формирования на его основе личностной позиции; критического восприятия информации, поступающей из различных источников; формирования общекультурных компетенций и понимания места философии в общей картине мира;
и формирование универсальных компетенций (УК-1; УК-5; УК-6).

Тема 3. Философия эпохи Средневековья (1 час).

Характеристика средневековой философии. Определение временных рамок эпохи. Принципы средневековой философии. Основные этапы средневековой философии. Патристика IV- VIII вв. (Василий Великий,

Августин Блаженный, Григорий Нисский, Тертуллиан, Ориген). Схоластика IX-XIV вв. (Иоанн Эриугена, Фома Аквинский, Ансельм Кентерберийский). Апологетика. Спор о природе универсалий. Решение спора о природе универсалий.

План лекции

1. Основные черты и этапы средневековой философии.
2. Патристика: Августин Блаженный.
3. Схоластика: Фома Аквинский.
4. Спор об универсалиях: номинализм, реализм, концептуализм.

Литература: 1, 2, 3

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: этапов развития философского знания в эпоху Средневековья; исторических и социокультурных предпосылок формирования философии Средневековья; выдающихся деятелей философии Средневековья; основных направлений философии Средневековья; основ культурно-исторического подхода для анализа событий, происходящих в эпоху Средневековья;

умений: ориентироваться в различных направлениях философии Средневековья, соотношении истины и заблуждения, знания и веры, рационального и иррационального в человеческой жизнедеятельности на данном этапе развития философского знания; применять методы убеждения, излагать аргументы в пользу своей позиции;

опыта практической работы: рационального мышления и формирования на его основе личностной позиции; критического восприятия информации, поступающей из различных источников; формирования общекультурных компетенций и понимания места философии в общей картине мира;

и формирование универсальных компетенций (УК-1; УК-5; УК-6).

Тема 4. Философия эпохи Возрождения (Ренессанс) (1 час)

Социокультурная характеристика эпохи Возрождения. Гуманисты Ренессанса. Данте Алигьери. Франческо Петрарка. Мишель де Монтень. Эразм Роттердамский. Неоплатонизм. Николай Кузанский. Пантеизм. Натурфилософия. Леонардо да Винчи. Джордано Бруно. Гелиоцентрическая система. Панпсихизм. Философские идеи Николо Макиавелли. Томас Мор «Утопия». Томмазо Кампанелла «Город Солнца». Реформация. Мартин Лютер. Томас Мюнцер. Жан Кальвин. Протестантизм.

План лекции

1. Исторические и социокультурные предпосылки Ренессанса
2. Антропоцентризм
3. Неоплатонизм
4. Натурфилософия
5. Социально-политическое и социально-утопическое направления
6. Реформация

Литература: 1, 2, 3

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: этапов развития философского знания в эпоху Возрождения; исторических и социокультурных предпосылок формирования философии Возрождения; выдающихся деятелей философии Возрождения; основ культурно-исторического подхода для анализа событий, происходящих в эпоху Ренессанса;
умений: ориентироваться в различных направлениях философии Возрождения, соотношении истины и заблуждения, знания и веры, рационального и иррационального в человеческой жизнедеятельности на данном этапе развития философского знания; применять методы убеждения, излагать аргументы в пользу своей позиции;
опыта практической работы: рационального мышления и формирования на его основе личностной позиции; критического восприятия информации, поступающей из различных источников; формирования общекультурных компетенций и понимания места философии в общей картине мира;
и формирование универсальных компетенций (УК-1; УК-5; УК-6).

Тема 5. Философия Нового времени
и философия эпохи Просвещения 1 час)

Характеристика эпохи Нового времени. Поиск истинного метода познания. Рационализм. Рене Декарт. Бенедикт Спиноза. Готфрид Лейбниц. Учение о монадах. Дедукция. Эмпиризм. Френсис Бэкон. Томас Гоббс. Джон Локк. Индукция. Характеристика эпохи Просвещения и основные направления. Деизм. Утопический социализм. Атеистический материализм.

План лекции

1. Основные проблемы и направления этого периода.
2. Рационализм
3. Эмпиризм
4. Философия эпохи Просвещения: специфика и направления.

Литература: 1, 2, 3

Изучение темы направлено на приобретение:
знаний: этапов развития философского знания в эпоху Нового времени и Просвещения; исторических и социокультурных предпосылок формирования философии Нового времени и Просвещения; выдающихся деятелей философии Нового времени и Просвещения; основ культурно-исторического подхода для анализа событий, происходящих в эпоху Нового времени и эпоху Просвещения;
умений: ориентироваться в различных направлениях философии Нового времени и Просвещения, соотношении истины и заблуждения, знания и веры, рационального и иррационального в человеческой жизнедеятельности на данном этапе развития философского знания; применять методы убеждения, излагать аргументы в пользу своей позиции;
опыта практической работы: рационального мышления и формирования на его основе личностной позиции; критического восприятия информации,

поступающей из различных источников; формирования общекультурных компетенций и понимания места философии в общей картине мира;
и формирование универсальных компетенций (УК-1; УК-5; УК-6)

Тема 6. Философия XIX – XX вв.
(1 час)

Немецкая классическая философия. Докритический и критический периоды творчества И. Канта. Гносеология И. Канта. Агностицизм. Трансцендентальная апперцепция. Этика Канта. Категорический императив. Диалектика Г.Гегеля. Триада. Абсолют. Три фазы развития человечества. Антропологический принцип Л. Фейербаха. Марксизм. Диалектический и исторический материализм К. Маркса и Ф. Энгельса. Формационная теория К. Маркса.

План лекции

1. Трансцендентальная философия И. Канта
2. Диалектический идеализм Г. Гегеля
3. Антропологический материализм Л. Фейербаха
4. Философия марксизма.

Литература: 1, 2, 3,

Изучение темы направлено на приобретение:
знаний: этапов развития философского знания в эпоху Немецкой классической философии и марксизма; исторических и социокультурных предпосылок формирования философии Немецкой классической философии и марксизма; выдающихся деятелей философии Немецкой классической философии и марксизма; основ культурно-исторического подхода для анализа событий, происходящих в эпоху Немецкой классической философии;
умений: ориентироваться в различных направлениях Немецкой классической философии и марксизма, соотношении истины и заблуждения, знания и веры, рационального и иррационального в человеческой жизнедеятельности на данном этапе развития философского знания; применять методы убеждения, излагать аргументы в пользу своей позиции;
опыта практической работы: рационального мышления и формирования на его основе личностной позиции; критического восприятия информации, поступающей из различных источников; формирования общекультурных компетенций и понимания места философии в общей картине мира;
и формирование универсальных компетенций (УК-1; УК-5; УК-6).

Раздел II Теоретический, системный курс философии (4 часа)

Тема 9 Учение о бытии (онтология) (1 час).

Онтология. Понятие бытие. Формы бытия. Уровни бытия. Субстанция. Эволюция подходов к решению проблемы бытия. Этапы развития материи. Онтологическая и гносеологическая стороны определения материи. Взаимосвязь материи и сознания. Движение, изменение и развитие как философские категории и их соотношение. Пространство и время. Общие и

специфические формы пространства и времени. Корпускулярная и континуальная научные картины мира.

План лекции

1. Понятие бытия, его основные формы, их характеристика и взаимосвязь.
2. Философское учение о материи.
3. Движение как философская категория.
4. Пространство и время.
5. Научная картина мира.

Литература: 1, 2, 4.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основных вопросов онтологии: подходов к решению основного вопроса философии, всеобщих свойств материи;

умений: свободно оперировать категориями, входящими в понятийный аппарат теории бытия; подробно охарактеризовать всеобщие свойства материи;

опыта практической работы: анализа этапов развития материи как философской категории; анализа основных подходов и современных концепций решения проблемы происхождения бытия;

и формирование универсальных компетенций (УК-1; УК-6).

Тема 12. Проблемы сознания и познания (1 час).

Сознание и отражение в философии. Уровни отражения. Сознание как высшая форма отражения. Свойства и структура сознания. Концепции происхождения сознания. Соотношение сознательного и бессознательного. Гносеология. Субъект и объект познания. Ощущение. Восприятие. Представление. Мышление. Два уровня мышления: рассудок и разум. Понятие. Суждение. Размышление. Вопросы познаваемости мира. Гносеологический оптимизм. Скептицизм. Агностицизм. Абсолютная и относительная истина. Основные методы и формы научного познания. Наблюдение. Эксперимент. Научная проблема. Гипотеза. Теория.

План лекции

1. Понятие отражения в философии.
2. Происхождение сознания.
3. Сознание и бессознательное.
4. Познание как процесс.

5 Проблема познаваемости мира и истины.

6. Научное познание. Основные методы и формы.

Литература: 1, 2, 4.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основных вопросов гносеологии: определение, свойства и структура человеческого сознания, основные уровни и формы познания, определение и классификация методов теоретического и практического познания; концепций происхождения сознания; соотношения сознательного и бессознательного в жизни человека; подходов к познавательной деятельности человека; основы

научного представления о результатах образования, путях их достижения и способах оценки;
умений: свободно оперировать категориями, входящими в понятийный аппарат эпистемологии; применять методы убеждения, излагать аргументы в пользу своей позиции;
опыта практической работы: рационального мышления и формирования на его основе личностной позиции; применения методов философского познания при ответе на занятии, а также, самостоятельной подготовке к занятиям, написании сообщений, докладов, рефератов в рамках дисциплины; развития познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей;
и формирование универсальных компетенций (УК-1; УК-6).

Тема 13. Философское учение о развитии. Диалектика (1 час).

Диалектика как учение о всеобщих (универсальных) связях бытия, о движении и развитии всего сущего и способ философского мышления. Объективная и субъективная диалектика. Исторические формы диалектики. Категории диалектики. Принципы, законы и функции диалектики. Метафизика. Характерные признаки метафизики. Наиболее распространенные проявления метафизики: догматизм, софистика, эклектика.

План лекции

1. Понятие диалектики и ее исторические формы
2. Диалектика как система философского знания
3. Метафизическая концепция развития

Литература: 1, 2, 4.

Изучение темы направлено на приобретение:
знаний: основных положений диалектики: категорий, принципов, функций, законов; основных положений метафизики, как картины бытия, противоположной диалектике;
умений: использовать положения диалектики и метафизики для объяснения материальных, социальных и духовных процессов бытия; применять методы убеждения, излагать аргументы в пользу своей позиции;
опыта практической работы: анализа процессов и явлений материального и идеального бытия посредством категорий диалектики и метафизики; развития познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей;
и формирование универсальных компетенций (УК-1; УК-6).

Тема 14. Философия как методология научного познания (1 час).

Понятия метод и методология. Взаимосвязь методов познания и научно-технического прогресса. Философские методы. Умозрительно-философский подход. Позитивизм. Общенаучные подходы. Методы эмпирического исследования. Методы теоретического познания. Общелогические методы и

приемы исследования. Дисциплинарные методы. Методы междисциплинарного исследования.

План лекции

1. Понятие метода и методологии в философии.
2. Философия как методология научного познания.
3. Классификация методов познания.

Литература: 1, 2, 4.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: содержание понятий «метод», «методика» и «методология», определения и классификации методов теоретического и практического познания;

умений: сопоставить и проанализировать понятия «метод», «методика» и «методология»; классифицировать методы философии по различным основаниям; применять методы философии в ходе самостоятельной работы; применения методов философского познания при написании сообщений, докладов, рефератов в рамках дисциплины; анализа процессов и явлений материального и идеального бытия; применять методы убеждения, излагать аргументы в пользу своей позиции;

опыта практической работы: применения методов философского знания: анализа и синтеза, индукции и дедукции в ходе работы на практических занятиях; решения и самостоятельной разработки кейс-заданий на практическом занятии. развития познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей;

и формирование универсальных компетенций (УК-1; УК-6).

Содержание практических занятий

Раздел I Основные этапы исторического развития философии (2 часа).

Тема 7. Зарубежная философия XX-XXIвека (1 час).

План практического занятия (коллоквиум)

1.Общие черты и основные направления зарубежной философии XXвв.
2.Экзистенциализм (Анри Бергсон, Карл Ясперс, Жан – Поль Сартр, Альберт Камю)
3. Три стадии развития позитивизма. Постпозитивизм.
4. Американский прагматизм
5. Герменевтика
6. Характерные черты и основные направления философии XXI вв.

Литература: 1, 2, 3

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: этапов развития философского знания в эпоху Неклассической философии; исторических и социокультурных предпосылок формирования Неклассической философии; выдающихся деятелей Неклассической

философии; основ культурно-исторического подхода для анализа событий, происходящих в эпоху Неклассической философии;
умений: ориентироваться в различных направлениях Неклассической философии, соотношении истины и заблуждения, знания и веры, рационального и иррационального в человеческой жизнедеятельности на данном этапе развития философского знания; применять методы убеждения, излагать аргументы в пользу своей позиции;
опыта практической работы: рационального мышления и формирования на его основе личностной позиции; критического восприятия информации, поступающей из различных источников; формирования общекультурных компетенций и понимания места философии в общей картине мира
и формирование универсальных компетенций (УК-1; УК-5; УК-6).

Тема 8. Русская философия IX – XXI вв. (2 часа).

Исторические и социокультурные предпосылки зарождения философской мысли в России. Принятие христианства. Предмет и основные этапы русской философии. Философия допетровского периода. Владимир Мономах. Филофей. «Москва – третий Рим». Максим Грек. Влияние церковного «раскола» на русскую философию. Русское Просвещение. А.Д. Кантемир, В.Н. Татищев, М.В. Ломоносов, А.Н. Радищев. Ода «Вольность». Философия славянофилов (И.С. и К.С. Аксаковы, И.В. Киреевский, А.С. Хомяков, Ю.Ф. Самарин). Западничество (А.И. Герцен, В.Г. Белинский, Н.П. Огарев). Максима нравственности Л.Н. Толстого. Ф.М. Достоевский. Почвенничество. Религиозная философия: В.С. Соловьев, идеи «Всеединства» и «Богочеловечества». Русский космизм: мистико-теологическое (Н.В. Фёдоров, В.С. Соловьёв) и естественно-научное (К.Э. Циолковский, В.И. Вернадский, А.Л. Чижевский) направления. Русская философия в XXIв.

План практического занятия

1. Русская философия XI-XVIII вв..
2. Русская философия XIX-XX вв.
3. Основные вопросы русской философии XXI в.

Литература: 1, 2

В рамках настоящего занятия предусмотрено тестирование студентов по истории философии.

Изучение темы направлено на приобретение:
знаний: основных этапов и направлений философского знания в Русской философии; исторических и социокультурных предпосылок формирования Русской философии; выдающихся деятелей Русской философии; основ культурно-исторического подхода для анализа событий, происходящих периоды формирования, становления и дальнейшего развития Русской философии;
умений: ориентироваться в различных направлениях Русской философии, соотношении истины и заблуждения, знания и веры, рационального и иррационального в человеческой жизнедеятельности на данном этапе

развития философского знания; применять методы убеждения, излагать аргументы в пользу своей позиции;
опыта практической работы: рационального мышления и формирования на его основе личностной позиции; критического восприятия информации, поступающей из различных источников; формирования общекультурных компетенций и понимания места философии в общей картине мира;
и формирование универсальных компетенций (УК-1; УК-5; УК-6).

Раздел II Теоретический, системный курс философии (2 часа).

Тема 10. Философия человека (1 час).

План практического занятия (коллоквиум)

1. Проблема человека в историко-философском контексте.
2. Природное (биологическое) и общественное (социальное) в человеке.
3. Человек в системе социальных связей.
4. Философское осмысление смысла жизни человека

Литература: 1, 2, 4

Изучение темы направлено на приобретение::
знаний: основных вопросов философии человека: этапы развития, основные подходы к определению человека, структура человеческого бытия, роль личности в историческом процессе; основных положений аксиологии: характеристика, структура и иерархия ценностного мира, ключевые ценности каждого этапа развития философской мысли, основные концепции смысла жизни человека;
умений: анализировать современную и историческую ситуацию бытия человека; определять базовые ценности и выявлять их иерархию на различных этапах развития общества; анализировать человека в единстве биологических, психических и социальных подходов; анализировать личность в историко-философском контексте; выявлять моральные дилеммы и этические проблемы на разных этапах человеческого развития; применять методы убеждения, излагать аргументы в пользу своей позиции;
опыта практической работы: выявления и анализа ценностей в иерархии ценностного мира, характерных для современного российского общества в целом и малым социальным группам в частности; выявления типа личности; анализа роли человека в современном обществе;
и формирование универсальных компетенций (УК-1; УК-5; УК-6).

Тема 11. Учение об обществе (1 час).

План практического занятия (коллоквиум).

1. Общество. Сферы современного общества.
2. Структура и специфика общественного сознания.
3. Общественный прогресс и его критерии
4. Общество и личность: проблемы свободы и ответственности.

Литература: 1, 2, 4

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний: основных положений социальной философии: ведущие ценности и нормы, характерные для разных этапов общественного развития; подходов к развитию общества; проблем и перспектив современных цивилизаций
умений: находить взаимосвязь этики, морали, нравственности и актуальных нравов современного российского общества; применять методы убеждения, излагать аргументы в пользу своей позиции;
выявлять и анализировать нормы, присущие обществу на различных этапах его развития; оценивать эти нормы с точки зрения соответствия нравственному идеалу исследуемого социума;
опыта практической работы: выявления и анализа этических норм и ценностей, присущих большим и малым социальным группам; анализа норм и ценностей, присущих обществу в целом и малым социальным группам в частности; рационального мышления и формирования на его основе личностной позиции, относительно протекающих в социуме процессов; социальной критики и социального прогнозирования относительно перспектив развития современных цивилизаций; формирования гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, культуры здорового и безопасного образа жизни; образцов и ценностей социального поведения, формирования толерантности и позитивных образцов поликультурного поведения;
и формирование универсальных компетенций (УК-1; УК-5; УК-6).

6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Содержание работы Темы занятий	Кол-во часов	Виды контроля
Раздел I Основные этапы исторического развития философии.			
1	Тема 1. Предмет философии. Место и роль философии в обществе. Вопросы и задания для самостоятельной работы: 1. Напишите небольшое эссе на тему «Смысл жизни». В эссе раскройте смысл жизни конкретного человека (себя), так и всех людей в целом. 2. Раскройте специфику видов материализма и идеализма:	2	Проверка и анализ эссе. Анализ эссе на Опрос
2	Тема 2. Античная философия Темы для докладов 1. Философия Древнего мира (Египет, Вавилон, Индия, Китай) 2. Феномен Греческого Чуда	2	Прослушивание докладов Опрос
3	Тема 3. Философия эпохи Средневековья.	2	Опрос

	Вопросы и задания для самостоятельной работы: 1. Исторические и социокультурные предпосылки формирования философии средневековья 2. Религиозные идеи Василия Великого (Кесарийского) 3. Каппадокийский кружок (деятельность и представители) 4. «О граде Божьем» - важнейший труд Августина Блаженного		
4	Тема 4. Философия эпохи Возрождения (Ренессанс) Темы для докладов 1. Данте Алигьери «Божественная комедия». 2. Гуманистический антропоцентризм Пико дела Мирандолы 3. Гуманизм Эразма Роттердамского. 4. Философские идеи Жана Бодена. 5. Реформация – Мартин Лютер, Жан Кальвин, Томас Мюнцер 6. «Государь» Николо Макиавелли. 7. «Утопия» Т. Мора и «Город солнца» Т. Кампанеллы.	2	Прослушивание докладов Коллоквиум
5	Тема 5. Философия Нового времени и философия эпохи Просвещения Темы для сообщений, докладов, рефератов 1. Основные труды Фр. Бэкона «Новый Органон» и «Новая Атлантида» 2. «Левиафан» Т. Гоббса 3. Философия эпохи просвещения: • философские идеи Вольтера • философия Руссо • энциклопедия Дидро • философия Гольбаха • философия Гельвеция • социал-утопическое (коммунистическое) направление (Мабли, Бабеф, Сен-Симон, Фурье).	2	Прослушивание докладов, сообщений, рефератов. Опрос
6	Тема 6. Философия XIX – XX вв. Вопросы и задания для самостоятельной работы 1. Немецкая классическая философия – основные черты и характеристика эпохи	4	Опрос Коллоквиум

	2. Субъективный идеализм И. Фихте 3. Объективный идеализм Ф. Шеллинга 4. Предпосылки формирования философии марксизма		
7	Тема 7. Зарубежная философия XX-XXI вв. Вопросы и задания для самостоятельной работы 1. Философия А. Шопенгауэра. 2. Философские идеи Ф. Ницше. 3. Философия жизни Анри Бергсона 4. Философия культуры Освальда Шпенглера 5. С. Кьеркегор – три формы человеческого существования. 6. Критический рационализм К. Поппера и Т. Куна. 7. Фрейдизм – Зигмунд Фрейд, Альфред Адлер Неофрейдизм – Герберт Маркузе, Эрих Фромм, Карл Густав Юнг	4	Опрос Коллоквиум
8	Тема 8. Русская философия IX – XXI вв. Темы для сообщений, докладов, рефератов 1. Материалистическая традиция русской философии: А.И. Герцен, Н.Г. Чернышевский 2. Русская религиозная философия: Н.А. Бердяев, Н.О. Лосский, В.В. Розанов, С.Л. Франк, И.А. Ильин. 3. Три ветви народничества: анархизм (М.А. Бакунин), пропаганда (Н.Л. Лавров), заговор (П.Н. Ткачев). 4. Марксистская философия в России: Г.В. Плеханов, В.И. Ленин.	6	Проверка докладов, сообщений, рефератов. Опрос
Раздел II Теоретический, системный курс философии			
9	Тема 9. Учение о бытии (онтология). Темы для сообщений, докладов, рефератов 1. Теория синергетики 2. Субстанциональная и релятивистская концепции пространства и времени 3. Гипотезы возникновения жизни на Земле: • гипотеза биохимической эволюции; • гипотеза панспермии; • гипотеза стационарного состояния жизни; • гипотеза самозарождения.	2	Прослушивание докладов, сообщений, рефератов. Опрос
10	Тема 10. Философия человека (Антропология).	2	Коллоквиум

	Вопросы и задания для самостоятельной работы 1. Аксиология – учение о ценностях. 2. Ценности, их виды. Ценностная характеристика добра и зла, справедливости, свободы. 3. Культура и духовная жизнь общества		
11	Тема 11. Учение об обществе (Социальная философия) Вопросы и задания для самостоятельной работы 1. Гражданское общество - цель и результат, степень развития государства. 2. Хантингтон С. «Столкновение цивилизаций» 3. Социокультурная динамика и эволюционизм П.А. Сорокина	2	Коллоквиум
12	Тема 12. Проблемы сознания и познания. Темы для сообщений, докладов, рефератов 1. Бессознательное, три слоя психического мира человека по Фрейду 2. Концепция бессознательного и архетипы К-Г Юнга	2	Прослушивание докладов, сообщений, рефератов. Опрос
13	Тема 13. Философское учение о развитии. Диалектика. Темы для сообщений, докладов, рефератов 1. Детерминизм и индетерминизм. 2. Закон. Динамические и статистические закономерности.	3	Прослушивание докладов, сообщений, рефератов. Опрос
14	Тема 14. Философия как методология научного познания. Темы для сообщений, докладов, рефератов 1. Проблема развития научного знания. Эпистемология. 2. Проблема развития научного знания. Постпозитивизм. 3. Проблема развития научного знания. Синергетика. 4. Научная революция и смена типов рациональности.	4	Прослушивание докладов, сообщений, рефератов. Опрос

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы студентов представлено:

- развернутыми тестами лекций по темам дисциплины;
- презентациями по темам дисциплины;
- методическими рекомендациями по самостоятельной подготовке, содержащимися в данной рабочей программе.

Список литературы по вопросам, изучаемым студентами самостоятельно.

1. Балашов, Л. Е. Философия : учебник : [16+] / Л. Е. Балашов. – 8-е изд. – Москва : Дашков и К°, 2023. – 626 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=699219 (дата обращения: 18.05.2026). – ISBN 978-5-394-05240-8. – Текст : электронный.
2. Берсенева, Т. П. Философия : учебное пособие : [16+] / Т. П. Берсенева, Д. В. Константинов ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2024. – 294 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722477 (дата обращения: 18.05.2026). – Библиогр.: с. 289. – ISBN 978-5-91930-255-7. – Текст : электронный.
3. Вальковская, В. В. Краткий курс истории зарубежной философии : учебное пособие по дисциплине «Философия» : [16+] / В. В. Вальковская ; Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации (Уральский филиал), Дальневосточный институт управления – филиал РАНХиГС. – Хабаровск : РАНХиГС, Дальневосточный институт управления, 2023. – 202 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=732317 (дата обращения: 18.05.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-94456-366-8. – Текст : электронный.
4. Сабиров, В. Ш. Основы философии : учебник : [12+] / В. Ш. Сабиров, О. С. Соина. – 4-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2024. – 343 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=115126 (дата обращения: 18.05.2026). – ISBN 978-5-9765-1233-7. – Текст : электронный.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Показатели оценивания компетенций

Компетенции	Трудовые функции	Индикаторы достижения компетенций
УК-1	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в	Знает: предмет «Философия» в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов: понятийный аппарат; базовые формы

	сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» A/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение. A/03.6 Развивающая деятельность. B/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования	мировоззрения; основные вопросы онтологии; гносеологии; аксиологии, антропологии; этики, эстетики, социальной философии, философии истории; основные положения диалектики и метафизики как картин бытия; основные методы философии: всеобщие, общенаучные, частные, методики; Умеет: применять культурно-исторический подход для анализа событий, происходящих на разных этапах развития философской науки; анализировать специфику современной цивилизации и многообразие путей социального развития; свободно оперировать категориями, входящими в понятийный аппарат теории бытия; оперировать знаниями законов развития общества; анализировать современную и историческую ситуацию бытия человека; применять методы философии в ходе работы на практических занятиях; применять методы убеждения, излагать аргументы в пользу своей позиции как в рамках дисциплины «Философия» так и вне ее. Имеет опыт: рационального мышления и формирования на его основе личностной позиции; критического восприятия информации, поступающей из различных источников; социальной критики и социального прогнозирования относительно перспектив развития современных цивилизаций; анализа процессов и явлений материального и идеального бытия посредством категорий диалектики и метафизики; применения методов философского знания: анализа и синтеза, индукции и дедукции в ходе работы на практических занятиях
УК-5	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» A/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение. A/02.6 Воспитательная деятельность. A/03.6 Развивающая деятельность.	Знает: историю и место философии в мировой культуре и науке: этапы развития философского знания, исторические и социокультурные предпосылки формирования каждого этапа, выдающихся деятелей философии, основные направления мировой и отечественной философии; основные вопросы философии человека: этапы развития, основные подходы к определению человека, структуру человеческого бытия, роль личности в историческом процессе; основные положения аксиологии: характеристика, структура и иерархия ценностного мира, ключевые ценности каждого этапа развития философской мысли, основные концепции смысла жизни человека; основные положения этики: этические идеалы и ключевые вопросы морали и нравственности, преобладающие на каждом этапе развития философской мысли; основные положения социальной философии: ведущие ценности и нормы, характерные для разных этапов общественного развития; подходы к развитию общества; проблемы и перспективы современных цивилизаций Умеет: определить ценностный аспект учебного знания и информации, обеспечивать его понимание и переживание другими обучающимися, в том числе, определять базовые

	B/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования «Педагог дополнительного образования детей и взрослых». A/04.6 Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы A/05.6 Разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы	ценности и выявлять их иерархию на различных этапах развития общества; ориентироваться в различных направлениях философского знания, соотношении истины и заблуждения, знания и веры, рационального и иррационального в человеческой жизнедеятельности; анализировать человека с помощью различных философских подходов; анализировать личность в историко-философском контексте; выявлять моральные дилеммы и этические проблемы на разных этапах человеческого развития; находить взаимосвязь этики, морали, нравственности и актуальных нравов современного российского общества; выявлять и анализировать нормы, присущие обществу на различных этапах его развития; оценивать эти нормы с точки зрения соответствия нравственному идеалу исследуемого социума. Имеет опыт: формирования гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, культуры здорового и безопасного образа жизни; образцов и ценностей социального поведения, формирование толерантности и позитивных образцов поликультурного поведения; формирования общекультурных компетенций и понимания места философии в общей картине мира анализа основных подходов и современных концепций решения проблемы происхождения бытия; выявления и анализа ценностей в иерархии ценностного мира, характерных для современного российского общества в целом и отдельных социальных групп в частности; выявления типа личности; анализа роли человека в современном обществе; выявления и анализа норм и ценностей, присущих обществу в целом и малым социальным группам в частности.
УК-6	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» A/02.6 Воспитательная деятельность. A/03.6 Развивающая	Знает: основы научных представлений о результатах образования, путях их достижения и способах оценки; понятийный аппарат дисциплины «Философия»; подходы к решению основного вопроса философии, определение, свойства и структуру человеческого сознания, определение и классификацию методов теоретического и практического познания; основные положения диалектики и метафизики как методов философского познания; понятий «метод» и «методология». Умеет: свободно оперировать категориями, входящими в понятийный аппарат эпистемологии; использовать положения диалектики и метафизики для объяснения материальных, социальных и духовных процессов бытия; сопоставить понятия «метод», «методика» и «методология»; классифицировать методы философии по различным основаниям; применять методы философии в ходе самостоятельной работы.

	деятельность.	Имеет опыт: развития познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей; применения методов философского познания при самостоятельной подготовке к занятиям, подготовке сообщений, докладов, рефератов в рамках дисциплины; анализа процессов и явлений материального и идеального бытия посредством категорий диалектики и метафизики.

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль по дисциплине «философия» осуществляется на практических занятиях в формах эссе, опроса, тестирования, выполнения кейс-заданий, проверки рефератов, докладов, сообщений. Планы и содержание практических занятий указаны в п. 5.2. Примеры кейс-заданий указаны в приложении.

Промежуточный контроль осуществляется в форме тестирования. Тестовые задания по дисциплине приведены в п. 7.2.2.

Итоговый контроль осуществляется в форме экзамена, проходящего в традиционной форме – устный ответ студента по экзаменационному билету.

7.2.2. Тестовые задания по дисциплине.

Инструкция.

При контроле усвоенных студентами знаний по дисциплине «Философия» с помощью тестовых заданий, целесообразно разбить тестовые вопросы на контрольные листы, содержащие не менее 25 вопросов.

На выполнение теста, содержащего 25 вопросов, студентам отводится 40 минут. При выполнении тестового задания, студентам следует учитывать, что на один вопрос может быть более одного правильного варианта ответа. При выборе студентом большего или меньшего числа правильных вариантов ответа, ответ оценивается как неверный.

Студенты отмечают ответы на специальных бланках

Образец бланка

Бланк ответов

ФИО _____ № группы_____ Вариант №__

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
Ответ																									

Критерии оценки тестирования:

«5» - 95% - 100% правильных ответов;

«4» - 80% - 95% правильных ответов;
«3» - 60% - 80% правильных ответов;
«2» - менее 60% правильных ответов.

Ключ к тестовым заданиям:

1 - А, 2 - Б, 3 - В, 4 - В, 5 - В, 6 - А,Г, 7 – Б,В, 8 - В, 9 - А, 10 - Б, 11 - В, 12 - Б, 13 - А, 14 - В, 15 - Б, 16 - А, 17 - В, 18 - Б, 19 - А, 20 - Б, 21 - В, 22 - Г, 23 - А, 24 - А, 25 - А, 26 - Б, 27 - Б, 28 - В, 29 - Г, 30 - А, 31 - А, 32 - Б, 33 - А, 34 - Г, 35 - Б, 36 - А, 37 - В, 38 - Г, 39 - А, 40 - В, 41 - Б, 42 - В, 43 - В, 44 - А, 45 - Б, 46 - А, 47 - Г, 48 - В, 49 - А, 50 - Г, 51 - Г, 52 - А, 53 - В, 54 - Б, 55 - А, 56 - Б, 57 - В, 58 - А, 59 - В, 60 - Б, 61 - А, 62 - Г, 63 - А, 64 - Б, 65 - Д, 66 - А, 67 - Г, 68 - Б, 69 - А, 70 - А.

1. Онтология – это:
а) раздел философии о структуре бытия, существовании мира, реальности;
б) раздел философии о человеке, смысле человеческого существования;
в) раздел философии, исследующий процессы познания;
г) раздел философии о морали, нравственности, долге человека.
2. Антропология – это:
а) раздел философии о структуре бытия, существовании мира, реальности;
б) раздел философии о человеке, смысле человеческого существования;
в) раздел философии, исследующий процессы познания;
г) раздел философии о морали, нравственности, долге человека.
3. Гносеология – это
а) раздел философии о структуре бытия, существовании мира, реальности;
б) раздел философии о человеке, смысле человеческого существования;
в) раздел философии, исследующий процессы познания;
г) раздел философии о морали, нравственности, долге человека.
4. Три закона диалектики были выведены:
а) К. Марксом;
б) Ф. Ницше;
в) Г. Гегелем;
г) И. Кантом.
5. Какой из приведенных законов диалектики является лишним?
а) переход количественных изменений в качественные;
б) единство и борьба противоположностей
в) единство изменения и развития
г) отрицание отрицания
6. Отметьте, среди перечисленных понятий уровни бытия
а) актуальное бытие;
б) бытие самого человека;
в) бытие вещей, создаваемых человеком;
г) потенциальное бытие.
7. Отметьте, среди перечисленных понятий формы бытия
а) актуальное бытие;
б) бытие самого человека;

в) бытие вещей, создаваемых человеком;
г) потенциальное бытие.
8. Основной вопрос философии:
а) в чем смысл человеческой жизни;
б) будет ли конец света;
в) что первично – материя или дух;
г) существует ли Бог.
9. Пространство – это:
а) форма бытия материи, характеризующая ее протяженность, сосуществование и взаимодействие элементов во всех материальных системах;
б) последовательность смены состояний и длительность бытия любых объектов и процессов, внутренняя связь изменяющихся и сохраняющихся состояний;
в) категория философии, отображающая любые изменения, происходящие в природных, духовных и общественных системах;
г) объективная реальность, существующая вне и независимо от человеческого сознания и отображаемая им.
10. Время – это:
а) форма бытия материи, характеризующая ее протяженность, сосуществование и взаимодействие элементов во всех материальных системах;
б) последовательность смены состояний и длительность бытия любых объектов и процессов, внутренняя связь изменяющихся и сохраняющихся состояний;
в) категория философии, отображающая любые изменения, происходящие в природных, духовных и общественных системах;
г) объективная реальность, существующая вне и независимо от человеческого сознания и отображаемая им.
11. Движение – это:
а) форма бытия материи, характеризующая ее протяженность, сосуществование и взаимодействие элементов во всех материальных системах;
б) последовательность смены состояний и длительность бытия любых объектов и процессов, внутренняя связь изменяющихся и сохраняющихся состояний;
в) категория философии, отображающая любые изменения, происходящие в природных, духовных и общественных системах;
г) объективная реальность, существующая вне и независимо от человеческого сознания и отображаемая им.
12. Личность – это:
а) характеристика человека, как отдельного представителя биологического рода людей;
б) характеристика человека, как носителя социальных качеств;

в) характеристика человека как носителя неповторимых, своеобразных, только ему присущих качеств, которые позволяют отличить его от других представителей человеческого рода;
г) нет верного варианта ответа.
13. Индивид – это:
а) характеристика человека, как отдельного представителя биологического рода людей;
б) характеристика человека, как носителя социальных качеств;
в) характеристика человека как носителя неповторимых, своеобразных, только ему присущих качеств, которые позволяют отличить его от других представителей человеческого рода;
г) нет верного варианта ответа.
14. Индивидуальность – это:
а) характеристика человека, как отдельного представителя биологического рода людей;
б) характеристика человека, как носителя социальных качеств;
в) характеристика человека как носителя неповторимых, своеобразных, только ему присущих качеств, которые позволяют отличить его от других представителей человеческого рода;
г) нет верного варианта ответа.
15. Кого из перечисленных философов можно причислить к родоначальникам философской антропологии?
а) И. Канта
б) Л. Фейербаха
в) М. Монтеня
г) Н. Макиавелли
16. Отметьте, в чем состоит смысл жизни, согласно концепции гедонизма?
а) жизнь – это жажда удовольствия;
б) жизнь – это самопожертвование ради высоких идеалов (служение Родине, семье, долгу, любви, счастью других людей и т.д.);
в) жизнь – это стремление к счастью как подлинному назначению человека
г) жизнь – это стремление к смерти.
17. Отметьте, в чем состоит смысл жизни, согласно концепции эвдемонизма?
а) жизнь – это жажда удовольствия;
б) жизнь – это самопожертвование ради высоких идеалов (служение Родине, семье, долгу, любви, счастью других людей и т.д.);
в) жизнь – это стремление к счастью как подлинному назначению человека
г) жизнь – это стремление к смерти.
18. Отметьте, в чем состоит смысл жизни, согласно концепции этики долга?
а) жизнь – это жажда удовольствия;
б) жизнь – это самопожертвование ради высоких идеалов (служение Родине, семье, долгу, любви, счастью других людей и т.д.);
в) жизнь – это стремление к счастью как подлинному назначению человека
г) жизнь – это стремление к смерти.

19. Кто из перечисленных ниже философов является автором формационной модели исторического процесса?
а) К. Маркс;
б) Л.И. Мечников;
в) Дж. Вико;
г) Н.Я. Данилевский
20. Кто из перечисленных ниже философов разделяет натуралистический подход к развитию общества?
а) К. Маркс;
б) Л.И. Мечников;
в) Дж. Вико;
г) Д.Белл.
21. Кого из перечисленных ниже философов можно отнести к представителям материалистической диалектики
а) Платон
б) Ф. Аквинский
в) К. Маркс
г) Г. Гегель
22. Основная категория диалектики – это:
а) гармония;
б) связь;
в) взаимодействие;
г) развитие.
23. Отрицание внутреннего источника развития и перенос его вовне, за пределы изучаемого явления характерно для:
а) метафизики;
б) диалектики.
24. Восприятие объекта как простой (механической) суммы частей, без учета сложной взаимосвязи между этими частями характерно для:
а) метафизики;
б) диалектики.
25. Разложение единой системы на составные части и изучение их по отдельности – это:
а) анализ;
б) формализация;
в) синтез;
г) рефлексия.
26. Отражение полученных результатов мышления в утверждениях или точных понятиях – это:
а) анализ;
б) формализация;
в) синтез;
г) рефлексия.
27. В переводе с древнегреческого философия означает:

а) любовь к людям;
б) любовь к мудрости;
в) любовь к жизни;
г) любовь к природе.
28. Мировоззрение - это
а) совокупность представлений древнего общества, содержащее в себе как фантастическое, так и реалистическое восприятие окружающей действительности;
б) теоретически оформленное, системно-рациональное знание;
в) совокупность взглядов и убеждений, оценок и норм, идеалов и установок, которые определяют отношение человека к миру;
г) вера в существование сверхъестественных сил (богов), которые влияют на жизнь человека и окружающий мир.
29. Религия - это
а) совокупность представлений древнего общества, содержащее в себе как фантастическое, так и реалистическое восприятие окружающей действительности;
б) теоретически оформленное, системно-рациональное знание;
в) совокупность взглядов и убеждений, оценок и норм, идеалов и установок, которые определяют отношение человека к миру;
г) вера в существование сверхъестественных сил (богов), которые влияют на жизнь человека и окружающий мир.
30. Мифология - это
а) совокупность представлений древнего общества, содержащее в себе как фантастическое, так и реалистическое восприятие окружающей действительности;
б) теоретически оформленное, системно-рациональное знание;
в) совокупность взглядов и убеждений, оценок и норм, идеалов и установок, которые определяют отношение человека к миру;
г) вера в существование сверхъестественных сил (богов), которые влияют на жизнь человека и окружающий мир.
31. Метод философского исследования, при котором вещи, явления рассматриваются критически и последовательно с учетом их внутренних противоречий, изменений, развития, причин и следствий, единства и борьбы противоположностей – это:
а) диалектика
б) метафизика
32. Метод философского исследования, при котором объекты рассматриваются обособленно, статично и однозначно – это:
а) диалектика;
б) метафизика.
33. Софистика – это:
а) искусство спора;
б) искусство войны;

в) раздел философии о закономерностях исторического процесса;
г) нет верного варианта ответа.
34. Согласно учению Платона, душа человека состоит из трех частей. Отметьте «лишнюю» часть.
а) разумная;
б) аффективная;
в) вожделеющая;
г) спящая.
35. Древнегреческий философ Диоген относился к школе:
а) скептиков;
б) киников;
в) стоиков;
г) эпикурейцев.
36. Древнегреческий философ Пиррон относился к школе:
а) скептиков;
б) киников;
в) стоиков;
г) эпикурейцев.
37. Древнегреческий философ Сенека относился к школе:
а) скептиков;
б) киников;
в) стоиков;
г) эпикурейцев.
38. Автором труда «О граде Божьем» является:
а) Фома Аквинский;
б) Френсис Бэкон;
в) Рене Декарт;
г) Августин Блаженный.
39. Автором труда «Сумма против язычников» является:
а) Фома Аквинский;
б) Френсис Бэкон;
в) Рене Декарт;
г) Августин Блаженный.
40. Кто из философов средневековья выдвинул 5 доказательств бытия Бога?
а) Григорий Нисский;
б) Тертуллиан;
в) Фома Аквинский;
г) Августин Блаженный.
41. Высказывание Петра Домиане: «Философия должна служить Священному Писанию, как служанка — своей госпоже» характеризует философию эпохи:
а) Античности;
б) Средневековья;
в) Ренессанса;
г) Нового времени.

42. Такие направления в философии как антропоцентризм, неоплатонизм, натурфилософия характерны для эпохи:
а) Античности;
б) Средневековья;
в) Ренессанса;
г) Нового времени.
43. Кто из перечисленных ниже философов является автором «Божественной комедии»?
а) Ж-П. Сатрт;
б) А. Камю;
в) Д. Алигьери;
г) Платон.
44. Пантеизм – это:
а) философское учение, исходящее из тождества бога и природы;
б) философское учение, исходящее из тождества человека и природы;
в) философское учение, исходящее из тождества бога и человека;
г) нет верного варианта ответа.
45. Кто из перечисленных ниже философов является автором трактата «Государь»?
а) Т.Мор;
б) Н. Макиавелли;
в) Т. Кампанелла;
г) М. Лютер.
46. Кто из перечисленных ниже философов является автором концепции о монадах?
а) Г. Лейбниц;
б) Р. Декарт;
в) Дж. Локк;
г) Ф. Бэкон
47. Кто из перечисленных ниже философов является автором концепции об идолах (предрассудках людей)?
а) Г. Лейбниц;
б) Р. Декарт;
в) Дж. Локк;
г) Ф. Бэкон
48. Выберете философское направление, не относящееся к эпохе Просвещения
а) деизм;
б) социал-утопическое (коммунистическое);
в) схоластика
г) атеистическо-материалистическое
49. Способность к сверхчувствительному познанию – это:
а) трансцендентальная апперцепция;
б) трансцендентальный агностицизм;
в) первый закон диалектики;

г) категорический императив.
50. Выведенный И. Кантом моральный закон, включающий три правила «максимы»:
а) трансцендентальная апперцепция;
б) трансцендентальный агностицизм;
в) первый закон диалектики;
г) категорический императив.
51. Кто является автором работы «Капитал»?
а) Г. Гегель;
б) И. Фихте;
в) И.Кант;
г) К. Маркс.
52. Сколько общественно-экономических формаций выделяет К.Маркс?
а) 5;
б) 4;
в) 3;
г) 8.
53. Кто из перечисленных ниже философов является автором оды «Вольность»?
а) Л.Н. Толстой;
б) Ф.М. Достоевский;
в) А.Н. Радищев;
г) А.С. Хомяков.
54. Кому из перечисленных ниже философов принадлежат идеи «Всеединства» и «Богочеловечества»?
а) А.Н. Радищев;
б) В.С. Соловьев;
в) М.В. Ломоносов;
г) Н.Ф. Федоров.
55. Какими историческими событиями обусловлено возникновение и развитие русской философии?
а) Крещение Руси и развитие письменности;
б) Татаро-монгольское иго;
в) Революция 1917 г.
г) Невская битва.
56. Выберите из перечисленных ниже философов представителей экзистенциализма:
а) К. Поппер, Т. Кун, И. Лакатос, П. Фейерабенд;
б) К.Ясперс, М. Хайдеггер, Ж-П. Сартр, А. Камю;
в) О. Конт, Г. Спенсер, Дж. Ст. Милль;
г) М. Шлик, Р. Карнап, О. Нейрат, Ф. Франк.
57. Кто из перечисленных философов-экзистенциалистов автор понятия «абсурд существования»?
а) Ж-П. Сартр;

б) К. Ясперс;
в) А. Камю;
г) М. Хайдеггер.
58. Выберите из перечисленных ниже философов представителей поспозитивизма:
а) К. Поппер, Т. Кун, И. Лакатос, П. Фейерабенд;
б) К.Ясперс, М. Хайдеггер, Ж-П. Сартр, А. Камю;
в) О. Конт, Г. Спенсер, Дж. Ст. Милль;
г) М. Шлик, Р. Карнап, О. Нейрат, Ф. Франк.
59. Направление в философии, исследующее теорию и практику истолкования, интерпретации, понимания текстов – это:
а) философия жизни;
б) натурфилософия;
в) герменевтика;
г) антропоцентризм.
60. Как Вы считаете, можно ли утверждать, что экзистенциализму присущ сциентизм?
а) Да;
б) Нет.
61. Направление в философии, исследующее саму жизнь, индивидуальное человеческое существование – это:
а) экзистенциализм;
б) натурфилософия;
в) герменевтика;
г) патристика.
62. Кто из перечисленных ниже философов первым назвал новый способ мышления «философия»?
а)Гераклит;
б) Платон;
в) Сократ;
г) Пифагор;
д) Демокрит;
е) Декарт;
ж) Гегель).
63. Правильно ли утверждение, что философия охватывает более широкий круг явлений, чем мировоззрение?
а) Да;
б) Нет.
64. Можно ли назвать предметом философии отношение человека «человек-мир»?
а) Да;
б) Нет.
65. Какой философ Древней Греции провозгласил принцип: «Человек есть мера всех вещей»?

а) Фалес;
б) Пифагор;
в) Сократ;
г) Платон;
д) Протагор;
е) Аристотель.
66. Правильно ли мнение, что античная философия выступала «наукой наук», «Госпожой наук»?
а)Да;
б) Нет.
67. Кто из античных философов является автором атомистической трактовки бытия?
а) Платон;
б) Сократ;
в) Гераклит;
г) Демокрит.
68. Кто из философов античности видел основу бытия в мире вечных идей?
а) Фалес;
б) Платон;
в) Демокрит;
г) Аристотель.
69. Кто из философов Нового Времени автор высказывания: «Знание – сила»?
а) Ф. Бэкон;
б) Т. Гоббс;
в) Дж. Локк;
г) Р. Декарт.
70. Есть ли отличие гуманизма эпохи Возрождения от гуманизма античности?
а) Да;
б) Нет.

7.2.3. Вопросы к экзамену

Раздел 1. Основные этапы исторического развития философии.

1. Античная философия. Содержание и периодизация. Натуралистический период (Фалес, Анаксимандр, Анаксимен, Гераклит и др.).
2. Классический период античной философии. Софисты и Сократ.
3. Философские системы Платона и Аристотеля
4. Эллинистический период античной философии. Эпикуреизм. Кинизм. Стоицизм. Скептицизм.
5. Философия эпохи Средневековья. Патристика.
6. Философия эпохи Средневековья. Схоластика. Спор о природе универсалий.
7. Философия эпохи Возрождения. Антропоцентризм (Д. Алигьери, Ф. Петрарка, Э. Роттердамский, М. Монтень).

8. Философия эпохи Возрождения. Неоплатонизм (Н. Кузанский, Дж. Бруно). Пантеизм.
9. Философия эпохи Возрождения. Натурфилософия (Дж. Бруно, Л. да Винчи).
10. Философия эпохи Нового времени. Рационализм (Р. Декарт. Б. Спиноза. Г. Лейбниц).
11. Философия эпохи Нового времени. Эмпиризм (Ф.Бэкон, Т. Гоббс. Дж. Локк.).
12. Философия эпохи Просвещения. Деизм. Атеизм-материализм. Утопический социализм.
13. Немецкая классическая философия. Трансцендентальная философия Канта.
14. Немецкая классическая философия. Диалектика Г.Гегеля.
15. Немецкая классическая философия. Антропологический материализм Л.Фейербаха.
16. Сущность и особенности философии марксизма (К. Маркс, Ф. Энгельс).
17. Русская философия. Особенности и этапы.
18. Русская философия XI-XVII вв..
19. Философия русского Просвещения (XVIII в.)
20. Русская философия XIX-XX вв.
21. Основные вопросы русской философии в XXI в.
22. Зарубежная философия XX в. Экзистенциализм (А. Бергсон, К. Ясперс, Ж.–П.Сартр, А. Камю).
23. Зарубежная философия XX в. Позитивизм (О.Конт, Э.Мах и пр.). Прагматизм (Ч. Пирс, У.Джеймс, Дж. Дьюи).
24. Зарубежная философия XX в. Герменевтика (М. Хайдеггер, Г. Гадамер, П. Рикер).
25. Характерные черты и основные проблемы философии XXI вв.

Раздел 2. Теоретический, системный курс философии

1. Происхождение и предмет философии. Основные разделы философии. Основной вопрос философии.
2. Философия и мировоззрение: соотношение и взаимосвязь. Три формы мировоззрения. Философия и наука.
3. Специфические черты философского знания. Функции философии в обществе.
4. Онтология. Бытие, его формы и уровни.
5. Онтология. Этапы развития материи как философской категории.
6. Онтология. Всеобщие свойства материи: отражение.
7. Онтология. Всеобщие свойства материи: самоорганизация.
8. Онтология. Всеобщие свойства материи: движение.
9. Онтология. Всеобщие свойства материи: пространство и время.
10. Антропология. Проблема человека в философии. Соотношение биологического и социального в человеке.
11. Антропология. Личность: характеристика и социальные типы.

12. Аксиология. Свобода как фундаментальное качество личности. Проблема смысла жизни в философии.
13. Социальная философия. Общество как система. Общественное сознание: уровни и формы.
14. Социальная философия. Циклические модели (Полибий, Дж. Вико, Н.Я. Данилевский и др.) и линейные модели (К. Маркс, Д. Белл) социального движения общества.
15. Социальная философия. Философские подходы (натуралистический, материалистический, идеалистический, плюралистический) в понимании причин возникновения общества.
16. Категория «сознание» в философии. Основные подходы к происхождению сознания.
17. Познание как процесс. Два уровня познания: эмпирический и рациональный. Формы познания.
18. Проблема познаваемости мира и истины. Диалектика абсолютной и относительной истины.
19. Научное познание. Философия как методология познания.
20. Многообразие философских методов познания. Эмпирические методы.
21. Многообразие философских методов познания. Теоретические методы.
22. Диалектика. Исторические формы диалектики.
23. Диалектика как система философского знания. Категории и принципы диалектики.
24. Диалектика как система философского знания. Законы и функции диалектики.
25. Метафизическая концепция развития.

7.2.4. Кейсы, ситуационные задачи

Примеры кейсов, применяемых на семинарских и практических занятиях по дисциплине «Философия», представлены в разделе «Приложение».

8. Перечень литературы

Основная литература

1. Балашов, Л. Е. Философия : учебник : [16+] / Л. Е. Балашов. – 8-е изд. – Москва : Дашков и К°, 2023. – 626 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=699219 (дата обращения: 18.05.2026). – ISBN 978-5-394-05240-8. – Текст : электронный.
2. Берсенева, Т. П. Философия : учебное пособие : [16+] / Т. П. Берсенева, Д. В. Константинов ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2024. – 294 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722477 (дата обращения:

18.05.2026). – Библиогр.: с. 289. – ISBN 978-5-91930-255-7. – Текст : электронный.

Дополнительная литература

3. Вальковская, В. В. Краткий курс истории зарубежной философии : учебное пособие по дисциплине «Философия» : [16+] / В. В. Вальковская ; Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации (Уральский филиал), Дальневосточный институт управления – филиал РАНХиГС. – Хабаровск : РАНХиГС, Дальневосточный институт управления, 2023. – 202 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=732317 (дата обращения: 18.05.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-94456-366-8. – Текст : электронный.

4. Сабиров, В. Ш. Основы философии : учебник : [12+] / В. Ш. Сабиров, О. С. Соина. – 4-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2024. – 343 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=115126 (дата обращения: 18.05.2026). – ISBN 978-5-9765-1233-7. – Текст : электронный.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимых для освоения дисциплины

Электронные библиотечные системы

1. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт].-Режим доступа: https://elibrary.ru/defaultx.asp
2. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://lib.rucont.ru/search
3. ЭБС "Университетская Библиотека Онлайн" [Электронный ресурс] .-Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Институт философии Российской академии наук [Электронный ресурс]: официальный сайт. – Режим доступа: https://iphras.ru/ (Дата обращения 27.05.26)
2. Словари и энциклопедии на Академике [Электронный ресурс]: официальный сайт. – Режим доступа: https://dic.academic.ru/(Дата обращения 27.05.26)
3. Стэндфордская философская энциклопедия: переводы избранных статей [Электронный ресурс]: официальный сайт. – Режим доступа: http://www.philosophy.ru/(Дата обращения 27.05.26)
4. Федеральный образовательный портал Экономика. Социология. Менеджмент [Электронный ресурс]: [раздел Философия]; официальный сайт.

– Режим доступа*:* http://ecsocman.hse.ru/docs/27572292/ (Дата обращения 27.05.26)

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

Изучение философии осуществляется с использованием классических форм учебных занятий: лекций, практических занятий, самостоятельной работы во внеаудиторной обстановке. Кроме того, ряд занятий проходит в интерактивной форме, что требует активной работы студента на занятии.

Лекция предназначена для изложения преподавателем систематизированных основ научных знаний по дисциплине, аналитической информации о дискуссионных проблемах, состоянии и перспективах развития философской науки. На лекции, как правило, поднимаются наиболее сложные, узловые вопросы учебной дисциплины.

В ходе лекции студенту целесообразно:

Стремиться не к дословной записи излагаемого преподавателем учебного материала, а к осмыслению услышанного и записи своими словами основных фактов, мыслей лектора; вырабатывать навыки тезисного изложения и написания учебного материала, вести записи «своими словами», вместе с тем, не допуская искажения или подмены смысла научных выражений. Определения, на которые обращает внимание преподаватель либо словами, либо интонацией, следует записывать четко, дословно. Как правило, такие определения преподаватель повторяет несколько раз или дает под запись.
Выработать удобную и понятную для себя систему сокращений и условных обозначений. Это экономит время, позволяет записывать материал каждой лекции почти дословно, дает возможность сконцентрировать внимание на содержании излагаемого материала, а не на механическом процессе конспектирования.

По окончанию лекции целесообразно дорабатывать ее конспект во время самостоятельной работы в тот же день, в крайнем случае, не позднее, чем спустя 2-3 дня после ее прослушивания. Это важно потому, что еще не забыт учебный материал лекции, студент находится под ее впечатлением, как правило, ясно помнит указания преподавателя, хорошо осознает, что ему непонятно из материала лекции.

Практические занятия. Эти виды учебных занятий проводятся с целью углубить, систематизировать и закрепить у студентов знание той или иной темы учебной дисциплины, привить обучающимся навыки поиска, обобщения и устного изложения учебного материала. В отличие от лекции на практическом занятии главную роль играет студент. Данные занятия – наиболее подходящее место для дискуссий по мировоззренческим вопросам, формирования гражданской и профессиональной позиции, выработки опыта практической работы публичного общения в форме диалога. Важная функция указанных занятий – контрольная. Преподаватель определяет степень усвоения учебного материала студентами.

Наибольший успех на практическом занятии сопутствует студентам, проявляющим активность в процессе этого занятия. Среди ее форм – выступления, дополнения, исправления неточностей, ошибок в выступлениях других студентов, вопросы к выступающим.

Коллоквиум. Коллоквиум – это вид практического занятия, проводимого с целью проверки и оценивания знаний студентов. Это своего рода устный экзамен, который может проводиться или в форме индивидуальной беседы преподавателя со студентом или как массовый опрос. В ходе группового обсуждения студенты учатся высказывать свою точку зрения по определенному вопросу, защищать свое мнение, применяя знания, полученные на занятиях по предмету. А преподаватель в это время имеет возможность оценить уровень усвоения студентами материала. В ходе коллоквиума могут также проверяться рефераты, доклады, сообщения и другие письменные работы студентов. Иногда коллоквиум играет роль промежуточного экзамена, что связано с потребностью наилучшего усвоения учебного материала перед подготовкой к зачету. Однако в отличие от зачета, вопросы для коллоквиума не сообщаются студентам заранее. Обычно коллоквиум назначается после изучения раздела курса или после изучения ряда тем, которые можно отнести к одному блоку. Для получения положительного результата по результатам коллоквиума, студентам необходимо правильно ответить на 2-3 вопроса.

Наиболее целесообразная стратегия самостоятельной подготовки студента к практическому занятию заключается в том, чтобы на первом этапе усвоить содержание всех вопросов занятия, обращая внимания на узловые проблемы, выделенные преподавателем в ходе лекции либо консультации к практическому занятию. Для этого необходимо, как минимум, прочитать конспект лекции и учебник, либо учебное пособие. Следующий этап подготовки заключается в выборе вопроса для более глубокого изучения с использованием дополнительной литературы. По этому вопросу студент станет главным специалистом на практическом занятии.

Ценность выступления студента на занятии возрастёт, если в ходе работы над литературой он сопоставит разные точки зрения на ту или иную проблему.

В настоящее время Интернет-пространство переполнено различной информацией. Заметим, что предлагаемая информация не всегда является достоверной. Поэтому, во избежание ошибок и неточностей студенту предпочтительно использовать те электронные ресурсы, которые указаны преподавателем или согласовывать с преподавателем электронные источники информации.

Самостоятельная работа с источниками информации

В наше время источники информации существует в двух формах: традиционной (бумажной) и электронной. В Интернете существуют целые библиотеки, располагающие десятками тысяч электронных текстов. Сегодня в обществе преобладает мнение, что печатная книга и её компьютерный текст

дополняют друг друга. Используя электронный вариант книги или статьи значительно быстрее подготовить на его базе сообщение, доклад, реферат, подогнать текст своей работы под требуемый учебным заданием объём.

Требования и критерии оценивания рефератов, докладов и сообщений.

Тема реферата, доклада или сообщения указывается преподавателем заранее и в каждом случае соответствует содержанию практического или практического занятия.

Требуемый размер текста: для сообщения: 1-3 печатных листов формата А4; для доклада: 5-8 печатных листов формата А4; для реферата: 15 до 20 печатных листов формата А4. Шрифт Times New Roman, кегль 14, межстрочный интервал 1,5.

В составе текста рефератов должны быть следующие части: титульный лист, содержание, введение, основная часть, заключение и список литературы. Во вводной части формулируются цель реферата и актуальность рассматриваемой темы. В заключительной части формулируются собственные выводы из рассмотренного материала.

В списке литературы должны быть правильно и подробно оформлены бумажные и электронные источники информации.

Цитаты в тексте (а также любые материалы, которые буквально пересказаны) приводятся обязательно с точной ссылкой на источник из списка литературы; цитируемые слова выделяются кавычками. Желательно, чтобы объем цитат не превышал пятой части от каждой страницы. Ссылка с указанием источника делается в виде постраничных сносок (внизу страницы), либо в квадратных скобках (в основном тексте).

Оформление сообщений и докладов аналогично оформлению рефератов, однако допускается отсутствие внутренней структуры текста (содержание, введение, основная часть, заключение).

Темы сообщений, докладов и рефератов приведены в разделе 6

Подготовка к экзамену.

На экзамене определяется качество и объём усвоенных студентами знаний. Подготовка к экзамену – процесс индивидуальный. Тем не менее, существуют некоторые правила, знания которых могут быть полезны для всех. Залогом успешной сдачи экзамена является систематическая работа над учебной дисциплиной в течение семестра. Накануне и в период экзаменационной сессии необходима и целенаправленная подготовка к экзамену.

Начинать повторение рекомендуется за месяц-полтора до начала сессии. Подготовку к экзамену желательно вести, исходя из требований программы учебной дисциплины. Этим документом разрешено пользоваться на экзамене. Готовясь к экзамену, лучше всего сочетать повторение по примерным контрольным вопросам с параллельным повторением по программе учебной дисциплины.

Если в распоряжении студента есть несколько дней на подготовку к экзамену, то целесообразно определить график прохождения вопросов из расчета, чтобы осталось время на повторение наиболее трудных.

Требования к знаниям студентов на экзамене по философии определены Федеральным государственным образовательным стандартом Высшего профессионального образования.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
Аудитория № 419 - помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 60; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Перечень технических средств обучения: ноутбук ASUS M51Ta ZM80/4gb/320 gb/dvd-sm, проектор Optoma EX762 progector (стационарный), доска Inteactivy 1280 с антибликовым покрытием;	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение № лицензии 23041709220 65924300631, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250499 Node 1 year Educational Renewal License;
Аудитория № 410 -	Укомплектованы	ПО отсутствует

помещение для занятий Практическое занятиеского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная трёхэлементная300*100см.	
Аудитория № 411 - помещение для занятий Практическое занятиеского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная трёхэлементная 300*130 см.	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение № лицензии 23041709220 65924300631, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250499 Node 1 year Educational Renewal License;
Аудитория № 412 - помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер

аттестации	представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 60; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см.	лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение № лицензии 2304170922065924300631, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250499 Node 1 year Educational Renewal License;

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2026	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер	16.08.2016	Интернет-

	Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/		браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2026	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано:
ответственный за ОПОП Васильева З.В

ПРИЛОЖЕНИЕ

Кейс-задания

1. Прочитайте примеры софизмов античности.

1) Знаменитый софизм Евбулида: «*Что ты не терял, то имеешь. Рога ты не терял. Значит, у тебя рог*а».

2) Однажды два софиста решили запутать простого человека по имени Ктисипп:

- *«Скажи-ка, есть ли у тебя собака?»*
- *«Есть и очень злая», - отвечал Ктисипп.*
- *«А есть ли у нее щенята?»*
-*«Да, тоже злые»*
- *«И их отец конечно, тоже собака?»*
- *«Да»*
- *«Что ж, эта собака твоя?»*
- *«Конечно»*
- *«Значит, этот отец – твой, следовательно, твой отец – собака и ты – сам собака и брат щенят».*

Вспомните, кого в античности называли софистами и дайте определение понятию «софизм».

Проанализируйте оба софизма, определите наличие или отсутствие логических ошибок. Свой ответ обоснуйте.

Составьте собственный софизм.

2. Известный принцип апологетики гласит «*Верую, ибо абсурдно*».

Определите, к какому периоду истории философии принадлежит данное высказывание.

Проанализируйте правомерность данного принципа в сопутствующих ему социально-исторических условиях.

Поясните, возможно ли принятие данного принципа на современном этапе общественного развития.

3. Прочитайте три трехстишия знаменитой поэмы.

***

Потом, взглянув на невысокий склон,
Я увидал: учитель тех, кто знает,
Семьей мудролюбивой окружен.

***

К нему Сократ всех ближе восседает
И с ним Платон; весь сонм всеведца чтит;
Здесь тот, кто мир случайным полагает,

***

Философ знаменитый Демокрит;
Здесь Диоген, Фалес с Анаксагором,
Зенон, и Эмпедокл, и Гераклит.

Укажите название поэмы и ее автора.

К какому периоду и направлению истории философии относится рассматриваемое произведение?

Опираясь на текст, ответьте на вопрос «В чем выражался гуманизм автора поэмы?»

4. Прочитайте следующее умозаключение.

«Марс движется, Венера движется, Юпитер – движется. Марс, Венера, Юпитер – планеты Солнечной системы. Вывод – все планеты Солнечной системы движутся».

Проанализируйте предложенное умозаключение и ответьте на основе какого метода философского познания оно создано.

Составьте собственные умозаключения, применяя индуктивный и дедуктивный методы философского познания.

5. Прочитайте текст.

«…Существуют еще идолы, которые происходят как бы в силу взаимной связанности и сообщества людей. Эти идолы мы называем, имея в виду порождающее их общение и сотоварищество людей, идолами площади, люди объединяются речью. Слова же устанавливаются сообразно разумению толпы. Поэтому плохое и нелепое установление слов удивительным образом осаждают разум».

Назовите произведение и его автора

Как называется учение автора, о котором идет речь в данном произведении и к какому разделу философии оно относится в большей степени.

6. Прочитайте отрывок произведения «Немецкая идеология».

«*Таким образом, это понимание истории заключается в том, чтобы, исходя именно из материального производства непосредственной жизни, посмотреть действительный процесс производства и понять связанную с данным способом производства и порожденную им формулу общения – то есть гражданское общество на различных ступенях – как основу всей истории; затем необходимо изобразить деятельность гражданского общества в сфере государственной жизни, а также объяснить из него все различные теоретические порождения и формы сознания: религию, философию, мораль и т. д., и т. д., и проследить процесс их возникновения на той основе, благодаря чему, конечно, можно изобразить весь процесс в целом (а потому также и взаимодействие между различными его сторонами). Это понимание истории, в отличие от идеалистического, не разыскивает в каждой эпохе какую-нибудь категорию, а остается все время на почве действительной истории, объясняет не практику из идей, а объясняет идейные образования из материальной практики и в силу этого приходит также к тому результату, что все формы и продукты сознания могут быть уничтожены не духовной критикой, не растворением их в "самосознании" или превращением их в "привидения", "призраки", "причуды" и т. д., а лишь практическим ниспровержением реальных общественных отношений, из которых произошел весь этот идеалистический вздор, – что не критика, а революция является движущей силой истории, а также религии, философии и всякой, иной теории. Это концепция показывает, что история не растворяется в "самосознании", как "дух от духа", а что каждая ее ступень застает в наличии определенный материальный результат, определенную сумму производительных сил, исторически создавшиеся отношения людей к природе и друг к другу, застает передаваемую каждому последующему поколению предшествующим ему поколениям массу производственных сил, капиталов, и обстоятельств, которые, хотя, с одной стороны, и видоизменяются новым поколением, но, с другой стороны, предписывает ему его собственные условия жизни и придает ему определенное развитие, особый характер.»*

Укажите автора(ов) работы.

Опираясь на текст предложенного отрывка и основные положения исторического материализма (См. Лекция, Тема 6), ответьте на вопрос «Возможно ли было построить коммунизм в России на основе социалистической революции 1917 г.?». Обоснуйте свой ответ. При ответе опирайтесь на такие понятия как «общественно-экономическая формация», «надстройка», «базис».

7. Прочитайте высказывание: «*Не Бог создал человека по образу и подобию своему, а человек – Бога по тому же при*нципу».

Назовите автора данного изречения.

Основоположником какого направления в истории философии стал автор?

Какой смысл автор вложил в указанное утверждение?

8. Прочитайте выдержки из сборника «Сумерки Богов»:

…Рано или поздно наступает время, когда нужно выбирать созерцанием и действием. Это и называется стать человеком…

…В этой вселенной единственным шансом укрепиться в сознании, зафиксировать в нем свои дерзания является творчество! Творить – значит жить вдвойне…
…Подлинное произведение искусства всегда соразмеримо человеку, и по самой своей сущности оно всегда что-то "недоговаривает". Имеется своеобразная связь между глобальным жизненным опытом художника и произведением, которое его отображает…
…Мыслить – значит испытывать желание создавать мир (или, что то же самое, задавать границы собственному миру). Это значит, что, только исходя из фундаментального разлада между человеком и его опытом, можно найти почву для их согласия…
…Сегодня, когда мысль оставила притязания на универсальность, когда наилучшей историей мысли была бы история ее покаяний, мы знаем, что система неотделима от своего автора, если хоть сколько-нибудь значима…
…Глубокая мысль находится в непрерывном становлении, смыкаясь с жизненным опытом и формируясь в нем. Точно так же уникальное творение человеком самого себя подкрепляется последовательностью и многообразием создаваемых им образов…
Укажите название произведения и его автора
К какому направлению неклассической философии следует отнести данное произведение?
В чем суть основной идеи текста?

9. Восстановите текст:

теория _____ исследует сверхсложную, скрытую упорядоченность поведения наблюдаемой системы; например, явление турбулентности;
согласно теориям _____ порядка, бытие создал Бог, он же определил место человека в мире;
теория _____ занимается изучением сложных самоподобных структур, часто возникающих в результате самоорганизации;
согласно теории _____ жизнь была привнесена на нашу планету извне.

10. Прочитайте Легенду о Великом инквизиторе (из романа Ф.М. Достоевского «Братья Карамазовы»).

"...Старик великий инквизитор со светильником в руке медленно входит в тюрьму. Дверь за ним тотчас же запирается. Он останавливается при входе и долго, минуту или две, всматривается в лицо Его. Наконец тихо подходит, ставит светильник на стол и говорит: "Это Ты? Ты?... Не отвечай, молчи. Да и что бы Ты мог сказать? Я слишком знаю, что ты скажешь. Да, Ты и права не имеешь ничего прибавлять к тому, что уже сказано Тобой прежде. Зачем же Ты пришел нам мешать? Ибо Ты пришел нам мешать и сам это знаешь. Но знаешь ли, что будет завтра? Я не знаю, кто Ты, и знать не хочу: Ты ли это или только подобие Его, но завтра же я осужу и сожгу Тебя на костре, как злейшего из еретиков, и тот самый народ, который сегодня целовал Твои ноги, завтра же по одному моему мановению бросится подгребать к Твоему костру угли, знаешь Ты это? Да, Ты, может быть, это знаешь"...

"Имеешь ли Ты право возвестить нам хоть одну из тайн того мира, из которого Ты пришел? ...нет, не имеешь, чтобы не прибавлять к тому, что уже было прежде сказано, и чтобы не отнять у людей свободы, за которую Ты так стоял, когда был на земле. Все, что Ты возвестишь, посягнет на свободу веры людей, ибо явятся как чудо, а свобода их веры Тебе была дороже всего еще тогда, полторы тысячи лет назад. Не Ты ли так часто тогда говорил: "Хочу сделать вас свободными". Но вот Ты теперь увидел этих "свободных" людей... Да это дело нам дорого стоило,...но мы докончили наконец это дело во имя Твое. Пятнадцать веков мучились мы с этою свободой, но теперь это кончено, и кончено крепко. ...Теперь и именно ныне эти люди уверены более чем когда-нибудь, что свободны вполне, а между тем ежи же они принесли нам свободу свою и покорно положили ее к ногам нашим. Но это сделали мы, а того ль Ты желал, такой ли свободы?...
"Ибо теперь только стало возможным помыслить в первый раз о счастии людей. Человек был устроен бунтовщиком; разве бунтовщики могут быть счастливыми? Тебя

предупреждали… Ты не имея недостатка в предупреждениях и указаниях, но Ты не послушал предупреждений, Ты отверг единственный путь, которым можно было устроить людей счастливыми, но, к счастью, уходя, Ты передал дело нам. Ты обещал, Ты утвердил своим словом, Ты дал нам право связывать и развязывать и уж, конечно, не можешь и думать отнять у нас право теперь. Зачем же Ты пришел нам мешать?"...

"Страшный и умный дух, дух самоуничтожения и небытия,...великий дух говорил с Тобой в пустыне, и нам передано в книгах, что он будто бы "искушал" Тебя. Так ли это? И можно ли было сказать хоть что-нибудь истиннее того, что он возвестил Тебе в трех вопросах, и что Ты отверг, и что в книгах названо "искушениями"? А между тем если было когда-нибудь на земле совершено настоящее громовое чудо, то это в тот день, в день этих трех искушений. Именно в появлении этих трех вопросов и заключалось чудо. Если бы возможно было помыслить, лишь для пробы и для примера, что эти три вопроса страшного духа бесследно утрачены в книгах и что их надо восстановить, вновь придумать и сочинить, чтоб внести опять в книги, и для этого собрать всех мудрецов земных - правителей, первосвященников, ученых, философов, поэтов - и задать им задачу: придумайте, сочините три вопроса, но такие, которые мало того, что соответствовали бы размеру события, но и выражали бы сверх того, в трех словах, в трех только фразах человеческих всю будущую историю мира и человечества, - то думаешь ли Ты, что вся премудрость земли, вместе соединившаяся, могла бы придумать хоть что-нибудь подобное по силе и глубине тем трем вопросам, которые действительно были предложены Тебе тогда могучим и умным духом в пустыне? Уж по одним вопросам этим. лишь по чуду их появления, можно понимать, что имеешь дело не с человеческим текущим умом, а с вековечным и абсолютным. Ибо в этих трех вопросах как бы совокуплена в одно целое и предсказана вся дальнейшая история человеческая и явлены три образа, в которых сойдутся все неразрешимые исторические противоречия человеческой природы на всей земле. Тогда это не могло быть еще так видно, ибо будущее было неведомо, но теперь, когда прошло пятнадцать веков, мы видим, что все в этих трех вопросах до того угадано и предсказано и до того оправдалось, что прибавить к ним или убавить от них ничего нельзя более.

Реши же сам, кто был прав: Ты или тот, который тогда вопрошал Тебя? Вспомни первый вопрос; хоть и не буквально, но смысл его тот: "Ты хочешь идти в мир и идешь с голыми руками, с каким-то обетом свободы, которого они, в простоте своей и в прирожденном бесчинстве своем, не могут и осмыслить, которого боятся они и страшатся, - ибо ничего и никогда не было для человека и для человеческого общества невыносимее свободы! А видишь ли сии камни в этой нагой раскаленной пустыне? Обрати их в хлебы, и за Тобой побежит человечество как стадо, благодарное и послушное, хотя и вечно трепещущее, что Ты отымешь руку Свою и прекратятся им хлебы Твои". Но Ты не захотел лишить человека свободы и отверг предложение, ибо какая же свобода, рассудил Ты, если послушание куплено хлебами? Ты возразил, что человек жив не единым хлебом, но знаешь ли, что во имя этого самого хлеба земного и восстанет на Тебя дух земли, и сразится с Тобою, и победит Тебя, и все пойдут за ним, восклицая: "Кто подобен зверю сему, он дал нам огонь с небеси!" Знаешь ли Ты, что пройдут века и человечество провозгласит устами своей премудрости и науки, что преступления нет, а стало быть, нет и греха, а есть лишь только голодные. "Накорми, тогда и спрашивай с них добродетели!" - вот что напишут на знамени, которое воздвигнут против Тебя и которым разрушится храм Твой. На месте храма Твоего воздвигнется новое здание, воздвигнется вновь страшная Вавилонская башня, и хотя и эта не достроится, как и прежняя, но все же Ты бы мог избежать этой новой башни и на тысячу лет сократить страдания людей, ибо к нам же ведь придут они, промучившись тысячу лет со своей башней! Они отыщут нас тогда опять под землей, в катакомбах, скрывающихся (ибо мы будем вновь гонимы и мучимы), найдут нас и возопиют к нам: "Накормите нас, ибо те, которые обещали нам огонь с небеси, его не

дали". И тогда уже мы и достроим их башню, ибо достроит тот, кто накормит, а накормим лишь мы, во имя Твое, и солжем, что во имя Твое. О, никогда без нас они не накормят себя! Никакая наука не даст им хлеба, пока они будут оставаться свободными, но кончится тем, что они принесут свою свободу к ногам нашим и скажут нам: Лучше поработите нас, но накормите нас". Поймут наконец сами, что свобода и хлеб земной вдоволь для всякого вместе немыслимы, ибо никогда, никогда не сумеют они разделиться между собою! Убедятся тоже, что не могут быть никогда и свободными, потому что малосильны, порочны, ничтожны и бунтовщики. Ты обещал им хлеб небесный, но, повторяю опять, может ли он сравниться в глазах слабого, вечно порочного и вечно неблагодарного людского племени с земным? И если за Тобою во имя хлеба небесного пойдут тысячи и десятки тысяч, то что станет с миллионами и с десятками тысяч миллионов существ, которые не в силах будут пренебречь хлебом земным для небесного? Иль Тебе дороги лишь десятки тысяч великих и сильных, а остальные миллионы, многочисленные, как песок морской, слабых, но любящих Тебя, должны лишь послужить материалом для великих и сильных? Нет, нам дороги и слабые. Они порочны и бунтовщики, но под конец они-то станут и послушными. Они будут дивиться на нас и будут считать нас за богов за то, что мы, став во главе их, согласились выносить свободу и над ними господствовать - так ужасно им станет под конец быть свободными. Но мы скажем, что послушны Тебе и господствуем во имя Твое. Мы их обманем опять, ибо Тебя мы уже не пустим к себе. В обмане этом и будет заключаться наше страдание, ибо мы должны будем лгать. Вот что значил этот первый вопрос в пустыне, и вот что Ты отверг во имя свободы, которую поставил выше всего. А между тем в вопросе этом заключалась великая тайна мира сего. Приняв "хлебы", Ты бы ответил на всеобщую и вековечную тоску человеческую как единоличного существа, так и целого человечества вместе - это: "пред кем преклониться?" Нет заботы беспрерывнее и мучительнее для человека, как, оставшись свободным, сыскать поскорее того, пред кем преклониться. Но ищет человек преклониться пред тем, что уже бесспорно, столь бесспорно, чтобы все люди разом согласились на всеобщее пред ним преклонение. Ибо забота этих жалких созданий не в том только состоит, чтобы сыскать то, пред чем мне или другому поклониться, но чтобы сыскать такое, чтоб и все уверовали в него и преклонились пред ним, и чтобы непременно ВСЕ ВМЕСТЕ. Вот эта потребность ОБЩНОСТИ преклонения и есть главнейшее мучение каждого человека единолично и как целого человечества с начала веков. Из-за всеобщего преклонения они истребляли друг друга мечом. Они созидали богов и взывали друг к другу: "Бросьте ваших богов и придите поклониться нашим, не то смерть вам и богам вашим!" И так будет до скончания мира, даже и тогда, когда исчезнут в мире и боги: все равно падут пред идолами. Ты знал. Ты не мог не знать эту основную тайну природы человеческой, но Ты отверг единственное абсолютное знамя, которое предлагалось Тебе, чтобы заставить всех преклониться пред Тобою бесспорно, - знамя хлеба земного, и отверг во имя свободы и хлеба небесного. Взгляни же, что сделал Ты далее. И опять во имя свободы! Говорю Тебе, что нет у человека заботы мучительнее, как найти того, кому бы передать поскорее тот дар свободы, с которым это несчастное существо рождается. Но овладевает свободой людей лишь тот, кто успокоит их совесть. С хлебом Тебе давалось бесспорное знамя: даешь хлеб, и человек преклонится, ибо ничего нет бесспорнее хлеба, но если в то же время кто-нибудь овладеет его совестью помимо Тебя - о, тогда он даже бросит хлеб Твой и пойдет за тем, который обольстит его совесть. В этом Ты был прав. Ибо тайна бытия человеческого не в том, чтобы только жить, а в том, для чего жить. Без твердого представления себе, для чего ему жить, человек не согласится жить и скорее истребит себя, чем останется на земле, хотя бы кругом его все были хлебы. Это так, но что же вышло: вместо того, чтоб овладеть свободой людей, Ты увеличил им ее еще больше! Или Ты забыл, что спокойствие и даже смерть человеку дороже свободного выбора в познании добра и зла? Нет ничего обольстительнее для человека, как свобода его совести, но нет ничего и мучительнее. И

вот вместо твердых основ для успокоения" совести человеческой раз и навсегда - Ты взял все, что есть необычайного, гадательного и неопределенного, взял все, что было не по силам людей, а потому поступил как бы и не любя их вовсе, - и это кто же: Тот, который пришел отдать за них жизнь Свою! Вместо того чтоб овладеть людскою свободой, Ты умножил ее и обременил ее мучениями душевное царство человека вовеки. Ты возжелал свободной любви человека, чтобы свободно пошел он за Тобою, прельщенный и плененный Тобою. Вместо твердого древнего закона - свободным сердцем должен был человек решать впредь сам, что добро и что зло, имея лишь в руководстве Твой образ пред собою, - но неужели Ты не подумал, что он отвергнет же наконец и оспорит даже и Твой образ и Твою правду, если его угнетут таким страшным бременем, как свобода выбора? Они воскликнут наконец, что правда не в Тебе, ибо невозможно было оставить их в смятении и мучении более, чем сделал Ты, оставив им столько забот и неразрешимых задач. Таким образом, сам Ты и положил основание к разрушению Своего же царства и не вини никого в этом более. А между тем то ли предлагалось Тебе? Есть три силы, единственные три силы на земле, могущие навеки победить и пленить совесть этих слабосильных бунтовщиков, для их счастия, - эти силы: чудо, тайна и авторитет. Ты отверг и то, и другое, и третье и Сам подал пример тому. Когда страшный и премудрый дух поставил Тебя на вершине храма и сказал Тебе: "Если хочешь узнать, Сын ли Ты Божий, то верзись вниз, ибо сказано про того, что ангелы подхватят и понесут Его, и не упадет и не расшибется, и узнаешь тогда, Сын ли Ты Божий, и докажешь тогда, какова вера Твоя в Отца Твоего", но Ты, выслушав, отверг предложение и не поддался и не бросился вниз. О, конечно, Ты поступил тут гордо и великолепно, как Бог, но люди-то, но слабое бунтующее племя это - они-то боги ли? О, Ты понял тогда, что, сделав лишь шаг, лишь движение броситься вниз. Ты тотчас бы и искусил Господа, и веру в Него всю потерял, и разбился бы о землю, которую спасать пришел, и возрадовался бы умный дух, искушавший Тебя. Но, повторяю, много ли таких, как Ты? И неужели Ты в самом деле мог допустить хоть минуту, что и людям будет под силу подобное искушение? Так ли создана природа человеческая, чтоб отвергнуть чудо и в такие страшные моменты жизни, моменты самых страшных основных и мучительных душевных вопросов своих оставаться лишь со свободным решением сердца? О, Ты знал, что подвиг Твой сохранится в книгах, достигнет глубины времен и последних пределов земли, и понадеялся, что, следуя Тебе, и человек останется с Богом, не нуждаясь в чуде. Но Ты не знал, что чуть лишь человек отвергнет чудо, то тотчас отвергнет и Бога, ибо человек ищет не столько Бога, сколько чудес. И так как человек оставаться без чуда не в силах, то насоздаст себе новых чудес, уже собственных, и поклонится уже знахарскому чуду, бабьему колдовству, хотя бы он сто раз был бунтовщиком, еретиком и безбожником. Ты не сошел с креста, когда кричали Тебе, издеваясь и дразня Тебя: "Сойди с креста и уверуем, что это Ты". Ты не сошел потому, что опять-таки не захотел поработить человека чудом и жаждал свободной веры, а не чудесной. Жаждал свободной любви, а не рабских восторгов невольника пред могуществом, раз навсегда его ужаснувшим. Но и тут Ты судил о людях слишком высоко, ибо, конечно, они невольники, хотя и созданы бунтовщиками. Озрись и суди, вот прошло пятнадцать веков, поди посмотри на них: кого Ты вознес до Себя? Клянусь человек слабее и ниже создан, чем Ты о нем думал! Может ли, может ли он исполнить то, что и Ты? Столь уважая его, Ты поступил, как бы перестав ему сострадать, потому что слишком много от него и потребовал, - и это кто же, Тот, который возлюбил его более самого себя! Уважая его менее, менее бы от него и потребовал, а это было бы ближе к любви, ибо легче была бы ноша его. Он слаб и подл. Что в том, что он теперь повсеместно бунтует против нашей власти и гордится, что он бунтует? Это гордость ребенка и школьника. Это маленькие дети, взбунтовавшиеся в классе и выгнавшие учителя. Но придет конец и восторгу ребятишек, он будет дорого стоить им. Они ниспровергнут храмы и зальют кровью землю. Но догадаются наконец глупые дети, что хоть они и бунтовщики, но бунтовщики слабосильные, собственного бунта своего не выдерживающие. Обливаясь

глупыми слезами своими, они сознаются наконец, что Создавший их бунтовщиками, без сомнения, хотел посмеяться над ними. Скажут это они в отчаянии, и сказанное ими будет богохульством, от которого они станут еще несчастнее, ибо природа человеческая не выносит богохульства и в конце концов сама же всегда и отметит за него. Итак, неспокойство, смятение и несчастие - вот теперешний удел людей после того, как Ты столь претерпел за свободу их! Великий пророк Твой в видении и в иносказании говорит, что видел всех участников первого воскресения и что было их из каждого колена по двенадцати тысяч. Но если было их столько, то были и они как бы не люди, а боги. Они вытерпели крест Твой, они вытерпели десятки лет голодной и нагой пустыни, питаясь акридами и кореньями, - и уж, конечно, Ты можешь гордо указать на этих детей свободы, свободной любви, свободной и великолепной жертвы их во имя Твое. Но вспомни, что их было всего только несколько тысяч, да и то богов, а остальные? И чем виноваты остальные слабые люди, что не могли вытерпеть того, что могучие? Чем виновата слабая душа, что не в силах вместить столь страшных даров? Да неужто же и впрямь приходил Ты лишь к избранным и для избранных? Но если так, то тут тайна и нам не понять ее. А если тайна, то и мы вправе были проповедовать тайну и учить их, что не свободное что решение сердец их важно и не любовь, а тайна, которой они повиноваться должны слепо, даже мимо их совести. Так мы и сделали. Мы исправили подвиг Твой и основали его на ЧУДЕ, ТАЙНЕ и АВТОРИТЕТЕ. И люди обрадовались, что их вновь повели как стадо и что с сердец их снят наконец столь страшный дар, принесший им столько муки. Правы мы были, уча и делая так, скажи? Неужели мы не любили человечества, столь смиренно сознав его бессилие, с любовию облегчив его ношу и разрешив слабосильной природе его хотя бы и грех, но с нашего позволения? К чему же теперь пришел нам мешать? И что Ты молча и проникновенно глядишь на меня кроткими глазами Своими? Рассердись, я не хочу любви Твоей, потому что сам не люблю Тебя. И что мне скрывать от Тебя? Или я не знаю, с кем говорю? То, что имею сказать Тебе, все Тебе уже известно, я читаю это в глазах Твоих. И я ли скрою от Тебя тайну нашу? Может быть, Ты именно хочешь услышать ее из уст моих, слушай же: мы не с Тобой, а с НИМ, вот наша тайна! Мы давно уже не с Тобою, а с НИМ, уже восемь веков. Ровно восемь веков назад как мы взяли от него то, что Ты с негодованием отверг, тот последний дар, который он предлагал Тебе, показав Тебе все царства земные: мы взяли от него Рим и меч кесаря и объявили себя царями земными, царями едиными, хотя и доныне не успели еще привести наше дело к полному окончанию. Но кто виноват? О, дело это до сих пор лишь в начале, но оно началось. Долго еще ждать завершения его, и еще много выстрадает земля, но мы достигнем и будем кесарями и тогда уже помыслим о всемирном счастии людей. А между тем Ты бы мог еще и тогда взять меч кесаря. Зачем Ты отверг этот последний дар? Приняв этот третий совет могучего духа, Ты восполнил бы все, чего ищет человек на земле, то есть: пред кем преклониться, кому вручить совесть и каким образом соединиться наконец всем в бесспорный общий и согласный муравейник, ибо потребность всемирного соединения есть третье и последнее мучение людей. Всегда человечество в целом своем стремилось устроиться непременно всемирно. Много было великих народов с великою историей, но чем выше были эти народы, тем были и несчастнее, ибо сильнее других сознавали потребность всемирности соединения людей. Великие завоеватели, Тимуры и Чингиз-ханы, пролетели как вихрь по земле, стремясь завоевать вселенную, но и те, хотя и бессознательно, выразили ту же самую великую потребность человечества ко всемирному и всеобщему единению. Приняв мир и порфиру кесаря, основал бы всемирное царство и дал всемирный покой. Ибо кому же владеть людьми как не тем, которые владеют их совестью и в чьих руках хлебы их. Мы и взяли меч кесаря, а взяв его, конечно, отвергли Тебя и пошли за НИМ. О, пройдут еще века бесчинства свободного ума, их науки и антропофагии, потому что, начав возводить свою Вавилонскую башню без нас, они кончат антропофагией. Но тогда-то и приползет к нам зверь, и будет лизать ноги наши, и обрызжет их кровавыми слезами из глаз своих. И мы сядем на зверя и воздвигнем чашу, и

на ней будет написано: "Тайна!" Но тогда лишь и тогда настанет для людей царство покоя и счастия. Ты гордишься своими избранниками, но у Тебя лишь избранники, а мы успокоим всех. Да и так ли еще: сколь многие из этих избранников, из могучих, которые могли бы стать избранниками, устали наконец, ожидая Тебя, и понесли и еще понесут силы духа и жар сердца своего на иную ниву и кончат тем, что на Тебя же и воздвигнут СВОБОДНОЕ знамя свое. Но ты сам воздвиг это знамя. У нас же все будут счастливы и не будут более ни бунтовать, ни истреблять друг друга, как в свободе Твоей, повсеместно. О, мы убедим их, что они тогда только и станут свободными, когда откажутся от свободы своей для нас и нам покорятся. И что же, правы мы будем или солжем? Они сами убедятся, что правы, ибо вспомнят, до каких ужасов рабства и смятения доводила их свобода Твоя. Свобода, свободный ум и наука заведут их в такие дебри и поставят пред такими чудами и неразрешимыми тайнами, что одни из них, непокорные и свирепые, истребят себя сами, другие, непокорные, но малосильные, истребят друг друга, а третьи, оставшиеся, слабосильные и несчастные, приползут к ногам нашим и возопиют к нам: "Да, вы были правы, вы одни владели тайной Его, и мы возвращаемся к вам, спасите нас от себя самих". Получая от нас хлебы, конечно, они ясно будут видеть, что мы их же хлебы, их же руками добытые, берем у них, чтобы им же раздать, безо всякого чуда, увидят, что не обратили мы камней в хлебы, но воистину более, чем самому хлебу, рады они будут тому, что получают его из рук наших! Ибо слишком будут помнить, что прежде, без нас, самые хлебы, добытые ими, обращались в руках их лишь в камни, а когда они воротились к нам, то самые камни обратились в руках их в хлебы. Слишком, слишком оценят они, что значит раз навсегда подчиниться! И пока люди не поймут сего, они будут несчастны. Кто более всего способствовал этому непониманию, скажи? Кто раздробил стадо и рассыпал его по путям неведомым? Но стадо вновь соберется и вновь покорится, и уже раз навсегда Тогда мы дадим им тихое, смиренное счастье, счастье слабосильных существ, какими они и созданы. О, мы убедим их наконец не гордиться, ибо Ты вознес их и тем научил гордиться; докажем им, что они слабосильны, что они только жалкие дети, но что детское счастье слаще всякого. Они станут робки и станут смотреть на нас и прижиматься к нам в страхе, как птенцы к наседке. Они будут дивиться и ужасаться на нас и гордиться тем, что мы так могучи и так умны, что могли усмирить такое буйное тысячемиллионное стадо. Они будут расслабленно трепетать гнева нашего, умы их оробеют, глаза их станут слезоточивы, как у детей и женщин, но столь же легко будут переходить они по нашему мановению к веселью и смеху, светлой радости и счастливой детской песенке. Да, мы заставим их работать, но в свободные от труда часы мы устроим им жизнь как детскую игру, с детскими песнями, хором, с невинными плясками. О, мы разрешим им и грех, они слабы и бессильны, и они будут любить нас как дети за то, что мы им позволим грешить. Мы скажем им, что всякий грех будет искуплен, если сделан будет с нашего позволения; позволяем же им грешить потому, что их любим, наказание же за эти грехи, так и быть, возьмем на себя. И возьмем на себя, а нас они будут обожать, как благодетелей, понесших на себе их грехи пред Богом. И не будет у них никаких от нас тайн. Мы будем позволять или запрещать им жить с их женами и любовницами, иметь или не иметь детей - все судя по их послушанию - и они будут нам покоряться с весельем и радостью. Самые мучительные тайны их совести - все, все понесут они нам, и мы все разрешим, и они поверят решению нашему с радостию, потому что оно избавит их от великой заботы и страшных теперешних мук решения личного и свободного. И все будут счастливы, все миллионы существ, кроме сотни тысяч управляющих ими. Ибо лишь мы, мы, хранящие тайну, только мы будем несчастны. Будет тысячи миллионов счастливых младенцев и сто тысяч страдальцев, взявших на себя проклятие познания добра и зла. Тихо умрут они, тихо угаснут во имя твое и за гробом обрящут лишь смерть. Но мы сохраним секрет и длящих же счастия будем манить их наградой небесною и вечною. Ибо если б и было что на том свете, то уж, конечно, не для таких, как они. Говорят и пророчествуют, что Ты придешь и вновь победишь, придешь со

своими избранниками, со своими гордыми и могучими, но мы скажем, что они спасли лишь самих себя, а мы спасли всех. Говорят, что опозорена будет блудница, сидящая на звере и держащая в руках своих ТАЙНУ, что взбунтуются вновь малосильные, что разорвут порфиру ее и обнажат ее "гадкое" тело. Но я тогда встану и укажу Тебе на тысячи миллионов счастливых младенцев, не знавших греха. И мы, взявшие грехи их для счастья их на себя, мы станем пред тобой и скажем: "Суди нас, если можешь и смеешь". Знай, что я не боюсь Тебя. Знай что и я был в пустыне, что и я питался акридами и кореньями, что и я благословлял свободу, которою Ты благословил людей, и я готовился стать в число избранников Твоих, в число могучих и сильных с жаждой "восполнить число". Но я очнулся и не захотел служить безумию. Я воротился и примкнул к сонму тех, которые ИСПРАВИЛИ ПОДВИГ ТВОЙ. Я ушел от гордых и воротился к смиренным для счастья этих смиренных. То, что я говорю Тебе, сбудется, и царство наше созиждется. Повторяю Тебе, завтра же Ты увидишь это послушное стадо, которое по первому мановению моему бросится подгребать горячие угли к костру Твоему, на котором сожгу Тебя за то, что пришел нам мешать. Ибо если был кто всех более заслужил наш костер, то это Ты. Завтра сожгу Тебя.

Ответьте на вопросы:
С кем беседует Великий Инквизитор?
В тетради для самостоятельной работы выпишите основные тезисы легенды (не более 2-х тетрадных листов).
В чем, на Ваш взгляд, заключается главная идея легенды? Запишите главную идею легенды в тетради для самостоятельной работы.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра иностранных языков

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«24» апреля 2026 г.
протокол № 9
Заведующая кафедрой
П.Е. Багновская

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
международной политике
А.В.Мазурина
«26» 05 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
РУССКИЙ ЯЗЫК И КУЛЬТУРА РЕЧИ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль подготовки): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 2
Семестр –3, 4
Итоговая форма контроля – зачет (4 семестр)

Рабочую программу разработала:
Шукаева Е.М., ст.преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1. Выписка из федерального государственного образовательного стандарта ВО	3
2. Результаты обучения по дисциплине	3
3. Место дисциплины в структуре ОПОП	5
4. Объём дисциплины и виды учебной работы	5
5. Содержание дисциплины	6
5.1. Количество часов по видам занятий	6
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий	6
5.2.1. Содержание лекционных занятий	6
5.2.2. Содержание практических занятий	8
6. Самостоятельная работа	10
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации	13
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины	13
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы	15
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля	15
7.2.2. Тестовые задания по дисциплине	15
7.2.3. Вопросы к зачету	29
8. Перечень основной и дополнительной литературы	32
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины	33
9.1 Электронные библиотечные системы	33
9.2. Современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы	33
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	34
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины	35
12.Лицензионное программное обеспечение	37

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования 3++ по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» Приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 № 943.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включает:

0**1** ***Образование и наука*** (в сфере дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

0**4** ***Культура, искусство*** (в сфере туризма, в сфере санитарно-курортного отдыха и лечения);

05 ***Физическая культура и спорт*** (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации) (п. 1.11.).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники могут готовиться к решению *задач профессиональной деятельности* следующих типов: (ФГОС 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм», п. 1.12.):

тренерский;
педагогический;
рекреационно-оздоровительный;
организационно-методический;
организационно-управленческий;
научно-исследовательский.

При разработке программы бакалавриата организация устанавливает ***направленность (профиль) программы*** бакалавриата, которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы путем ориентации ее на: - область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников; - тип (типы) задач профессиональной деятельности (ФГОС 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм», п. 1.13.)

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

	Соотнесенные профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знает: - основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные термины и понятия в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС.	**Педагог - 01.001 А/03.6** Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового	УК-1 УК-1

	и безопасного образа жизни	
Умеет: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; -описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной форме в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта.	**Педагог - 01.001 А/03.6** Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни	УК-1
Навыки и/или опыт деятельности: - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта.	**Педагог - 01.001 А/03.6** Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни	УК-1
Знает: - основные понятия и терминологию на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском языке; - нормативные клише, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере.	**Педагог - 01.001 А/03.6** Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни	УК-4
Умеет: на русском языке:	**Педагог - 01.001 А/03.6** Развитие у обучающихся	

- правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать.	познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни	УК-4
Навыки и/или опыт деятельности: **-** публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; **-** публичной защиты результатов собственных научных исследований.	**Педагог - 01.001 А/03.6** Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни	УК-4

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к обязательной части ОПОП (Б1.О.05). В соответствии с примерным учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе (3-4 семестр) по заочной форме обучения. Вид итоговой аттестации: зачет (4 семестр).

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: иностранный язык, история, философия, педагогика, ОНМД в ФКС, правовые основы ФКиС, информатика, основы менеджмента рекреации и туризма, правоведение.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры 3-4	
		3	4
Контактная работа преподавателей с обучающимися	10	**6**	**4**
В том числе:			
Лекции	4	2	2
Семинары			
Практические занятия	6	4	2
Лабораторные работы			
Промежуточная аттестация	4		4

(зачет, экзамен)					
Самостоятельная работа студента		94			
Общая трудоемкость	**Часы**	**108**			
	зачетные единицы	**3**			

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лекции	Практич. Занятия	Самост. работа
4 семестр				
1. Стилистика. Понятие культуры речи. Функциональные стили. Аспекты речи. Качества культурной речи.	13	1	-	12
2. Стилевое многообразие русского языка	33	1	2	30
3. Языковые нормы современного русского языка.	37	1	2	34
4. Основы ораторского искусства	21	1	2	18
6. Зачет	4			
7. Всего	108	4	6	94

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (4 часа).

ТЕМА 1. Стилистика. (1 час).

Лекция проводится с мультимедийным сопровождением

План лекции

1.Понятие культуры речи. Нормативный, коммуникативный и этический аспекты речи.

2.Коммуникативные качества речи: точность, логичность, ясность, чистота, богатство.

3.Литературный язык и его особенности.

4.Текст, его признаки; способы связи частей текста; тема, идея, содержание текста.

Изучение темы направлено на приобретение:

- знаний основных понятий и терминологии на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;

- умений вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; получать общее представление о прочитанном тексте; определять и выделять основную информацию текста; обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; определять важность (ценность) информации;

-навыков деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; коммуникации в устной и

письменной форме для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия (УК-1, УК-4).

ТЕМА 2. Стилевое многообразие русского языка (1 час).

Лекция проводится с мультимедийным сопровождением

План лекции

1.Стиль и виды стилистической окраски. Функциональные стили современного русского языка.

2.Научный стиль, подстили, жанры.

3.Официально-деловой стиль, сферы его функционирования, жанровое разнообразие. Языковые формулы официальных документов. Реклама в деловой речи. Правила оформления документов. Речевой этикет в документе. Понятие канцеляризма.

4.Публицистический стиль. Жанровая дифференциация и отбор языковых средств в публицистическом стиле.

5.Разговорно-бытовой стиль. Русская разговорная речь. Сферы функционирования.

6.Роль неязыковых факторов. Стилистические ресурсы лексического богатства русского языка. Полисемия, омонимия, синонимия, типы синонимов, антонимия. Лексика русского языка ограниченного употребления. Лексика русского языка с точки зрения происхождения. Лексика русского языка с точки зрения активного и пассивного запаса. Историзмы и архаизмы; понятие старославянизма. Виды неологизмов.

Изучение темы направлено на приобретение:

- знаний устной и письменной форм коммуникации для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия и правил организации речи в соответствии с видом и ситуацией общения; основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; основных понятия и терминологии на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;

-умений устанавливать письменные и устные контакты и обмениваться информацией с собеседниками; излагать свои мысли в устной и письменной форме в целях решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия; намерения (запрос/сообщение информации); правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме;

-владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта (УК-1, УК-4).

ТЕМА 3: Языковые нормы современного русского языка (1 час).

Лекция проводится с мультимедийным сопровождением

План лекции

1.Понятие культуры речи. Информативная насыщенность, смысловая полнота, точность и ясность речи, богатство и разнообразие, логичность, чистота, уместность речи.

2.Выразительность речи.

3.Основные направления совершенствования навыков грамотного письма и говорения. Орфоэпические и акцентологические нормы современного русского литературного языка.

4.Морфологические нормы современного русского литературного языка.

5.Синтаксические нормы современного русского литературного языка.

Изучение темы направлено на приобретение:

- знаний устной и письменной форм коммуникации для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия и правил организации речи в соответствии с видом и ситуацией общения;

- умений устанавливать письменные и устные контакты и обмениваться информацией с собеседниками; излагать свои мысли в устной и письменной форме в целях решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия;

- навыков коммуникации в устной и письменной форме для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия (УК-4).

ТЕМА 4: Основы ораторского искусства (1 час).

Лекция проводится с мультимедийным сопровождением

План лекции

1.Устная публичная речь. Признаки публичной речи.

2.Умение держать себя перед аудиторией.

3. Подготовка к публичному выступлению. Тренировка навыков правильного произношения.

4.Техника устной речи: дикция, дыхание, постановка голоса. Композиция публичной речи.

5.Аргументация публичной речи. Работа оратора с аудиторией.

Изучение темы направлено на приобретение:

- знаний основных понятий и терминологии на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; правил словообразования лексических единиц, правил их сочетаемости и правила употребления в русском языке; нормативных клише, необходимых для письменной речи профессионального характера, основных языковых форм и речевых формул, служащих для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере;

- умений устанавливать письменные и устные контакты и обмениваться информацией с собеседниками; излагать свои мысли в устной и письменной форме в целях решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия;

- навыков коммуникации в устной и письменной форме на иностранном языке для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия (УК-4).

5.2.2. Содержание практических занятий (6 часов)

Тема1. Стилистика. Понятие культуры речи. Функциональные стили. Аспекты речи. Качества культурной речи.

Практические занятия – нет.

Тема 2. Стилевое многообразие русского языка *(2часа).*

Цель практических занятий: научить определять стили речи и выработать умение составлять тексты книжных стилей. Студенты должны научиться ориентироваться в различных речевых ситуациях, использовать официально-деловую лексику, стандартные обороты в делопроизводстве, в административно-правовой сфере; уметь редактировать научный текст (лексический и морфологический аспекты); составлять конспект, курсовую работу; готовить и редактировать реферат; адекватно реализовывать свои коммуникативные намерения, устранять грамматические ошибки, характерные для разговорного стиля.

1. Понятие и основные стилевые разновидности русского языка.

2.Характерные особенности функциональных стилей и их взаимодействие.

Подготовка проектов по темам и их обсуждение: «Виды словарей, необходимых при работе над текстом», «Лексико-фразеологические особенности научного стиля», «Особенности разговорного стиля».

Работа со словарями. Анализ различных статей. Выполнение упражнений. Редактирование текстов различных функциональных стилей.

Составление и написание различного рода документации с соблюдением правил оформления документов. Написание реферата по статье; исправление рецензии.

Составление и написание различного рода документации с соблюдением правил оформления документов. Написание реферата по статье; исправление рецензии.

Изучение темы направлено на приобретение:

- знаний устной и письменной формы коммуникации для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия и правил организации речи в соответствии с видом и ситуацией общения;

- умений устанавливать письменные и устные контакты и обмениваться информацией с собеседниками; излагать свои мысли в устной и письменной форме в целях решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия;

- навыков коммуникации в устной и письменной форме для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия (УК-1, УК-4).

Тема 3. Языковые нормы современного русского языка (2 часа).

Цель практических занятий: научиться применять теоретические знания на практике - находить различного вида нарушения норм и уметь их исправлять.

1.Понятие «языковой нормы». Общая характеристика языковых норм. Вариативность.

2.Орфоэпические нормы.

3.Акцентологические нормы.

4.Морфологические нормы имени существительного, прилагательного, числительного и глагола.

5.Синтаксические нормы.

Обсуждение проектов по темам: «Ошибки в употреблении паронимов и иноязычных слов», «Ошибки в употреблении фразеологизмов и фразеологических сочетаний». «Употребление форм имён существительных, прилагательных» «Склонение числительных и местоимений». «Род несклоняемых имен существительных и аббревиатур», «Особенности русского ударения», «Влияние слов-источников на русское ударение», «Особенности произношения слов в СРЛЯ», «Работа с орфоэпическими словарями и словарями ударений», «Согласование подлежащего и сказуемого», «Употребление причастных и деепричастных оборотов».

Выполнение письменных упражнений на исправление ошибок в употреблении слов, выяснение причин их возникновения, устранение местных особенностей произношения некоторых слов и постановки ударения.

Выполнение письменных упражнений по устранению ошибок в построении предложений и словосочетаний.

Изучение темы направлено на приобретение:

- знаний устной и письменной форм коммуникации для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия и правил организации речи в соответствии с видом и ситуацией общения;

- умений устанавливать письменные и устные контакты и обмениваться информацией с собеседниками; излагать свои мысли в устной и письменной форме в целях решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия;

- навыков коммуникации в устной и письменной форме для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия (УК-4).

Тема 4. Основы ораторского искусства *(2 часа).*

1.Устная публичная речь.

2.Тренировка навыков правильного произношения. Умение держать себя перед аудиторией.

3.Признаки публичной речи. Подготовка к публичному выступлению. Умение держать себя перед аудиторией.

4.Тренировка навыков правильного произношения. Техника устной речи: дикция, дыхание, постановка голоса.

5.Композиция публичной речи. Аргументация публичной речи. Работа оратора с аудиторией.

Использование артикуляционной гимнастики для челюстей, губ и языка. Тренировка дыхательных упражнений.

Выполнение заданий по технике речи. Работа с текстами.

Изучение темы направлено на приобретение:

-знаний речевого этикета; знаний устной и письменной формы коммуникации для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия и правил организации речи в соответствии с видом и ситуацией общения;

- умений устанавливать письменные и устные контакты и обмениваться информацией с собеседниками; излагать свои мысли в устной и письменной форме в целях решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия

- навыков коммуникации в устной и письменной форме для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия; создания связных и логичных письменных текстов различных стилей речи; подготовки текстовых документов в управленческой деятельности и формирование общекультурных компетенций (УК-1, УК-4, ОПК-10).

6. Самостоятельная работа студентов

Самостоятельная работа по изучению учебного материала дисциплины «Русский язык и культура речи» составляет 94 часа и направлена на закрепление и углубление знаний студентов по русскому языку и культуре речи, активизацию коммуникативной и познавательной деятельности студентов; выработку умений применять знания в ситуациях, моделирующих профессионально-педагогическую деятельность; формирование навыков самостоятельной работы с учебной и методической литературой.

Самостоятельная деятельность учащихся – внеаудиторная работа, предполагающая самостоятельное извлечение информации, её обработка (анализ и синтез), решение лингвистических задач.

При изучении раздела студент самостоятельно готовится по следующим темам и выполняет самостоятельные задания:

№ п/п	Содержание работы Темы занятий	Кол-во час.	Виды контроля
	Раздел		
1.	Стилистика. - Изучение основной и дополнительной литературы - Индивидуальное домашнее задание (написание аннотации научной статьи) - Подготовка презентации по предложенной теме	12	1.Устный и письменный опрос 2.Проверка ИДЗ 3.Защита презентаций
2.	**Стилевое многообразие современного русского языка**	30	1.Проверка упражнений на

	1.Литературный язык – высшая форма национального языка. 2.Характерные особенности функциональных стилей и их взаимодействие. 3. Язык и стиль рекламы. 4. Речевой этикет в документе.		закрепление. 2.Устный опрос. 3. Беседа.
3.	**Нормы современного русского языка** **-**Фразеологические нормы русского языка -Нарушение и изменение языковых норм	34	1.Проверка упражнений на закрепление. 2.Устный опрос. 3. Беседа. 4.Тестирование
4.	**Основы ораторского искусства** 1.Публичная речь и ее особенности. 2.Личные качества, знания, навыки и умения оратора. 3.Композиция публичной речи. 4.Овладение текстом публичной речи. 5.Общие принципы построения выступления. 6.Методы изложения материала.	18	1.Проверка упражнений на закрепление. 2.Устный опрос. 3.Развернутая оценка выступления студента на практическом занятии

Каждый студент должен подготовить сообщение с презентацией по предложенной теме (Тема 1. Стилистика).

Темы сообщений:

1. Национальный язык и литературный язык (соотношение понятий).
2. Правила оформления научных работ.
3. Формы работы с научной книгой.
4. Этикет научной дискуссии.
5. Язык и стиль распорядительных документов.
6. Язык и стиль информационно-справочных документов.
7. Язык и стиль инструктивно-методических документов.
8. Язык и стиль коммерческой корреспонденции.
9. Правила оформления документов.
10. Языковые формулы официальных документов.
11. Речевой этикет в официально-деловом стиле.
12. Деловое общение, его виды и формы.
13. Методы влияния или воздействия на людей в текстах публицистического стиля.
14. Речевая манипуляция в СМИ
15. Публицистический стиль, его разновидности и жанры.
16. Языковые средства публицистического стиля.
17. Современные газетные жанры.
18. Этикетные речевые формулы приветствия и представления.
19. Этикетные речевые формулы шутки и комплимента.
20. Этикетные речевые формулы обращения.
21. Этикетные речевые формулы согласия и несогласия.
22. Этикетные речевые формулы просьбы и извинения.
23. Стилистическое использование синонимов.
24. Языковая игра.
25. Использование фразеологизмов в речи.

26. Источники возникновения фразеологии.
27. Крылатые слова, афоризмы, пословицы, поговорки.
28. Источники и основные периоды заимствований.
29. Экзотизмы и варваризмы.
30. Стилистическое использование устаревшей лексики.
31. Место неологизмов в современной речи.
32. Профессионализмы, их возникновение, сфера употребления.
33. Компьютерная терминология и компьютерный жаргон.

Тестирование проводится по следующим темам: орфоэпические нормы, акцентологические нормы, морфологические нормы. Для подготовки к тестированию необходимо обратить внимание на нормы (а также конкретные слова, формы слов и словосочетания), которые разбирались на лекционных и практических занятиях, так как именно они включены в тест.

Основным средством проверки знаний, умений и навыков студентов по разделу «Основы риторики» является небольшое (5 минут) устное публичное выступление.

Готовясь к нему, необходимо:

1) проанализировать предложенную тему, определить, какие её аспекты могут заинтересовать аудиторию;
2) определить цель речи;
3) сформулировать тезис;
4) подобрать и изучить материал для выступления;
5) продумать композицию речи;
6) продумать используемые аргументы, классифицировать их по силе воздействия на аудиторию, определить порядок их расположения;
7) написать текст речи;
8) запомнить текст речи.

Темы для подготовки устного публичного выступления:

1. Достоинства и недостатки современной системы высшего образования в России.
2. Надо ли нам стремиться к европейскому стандарту образования?
3. Проблемы современного высшего образования в России глазами студента.
4. Помогает ли человеку в жизни образование?
5. Зависит ли наше будущее от образования?

Студент может выбрать тему из предложенных преподавателем, а может сформулировать тему самостоятельно.

Список основной и дополнительной литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно.

Основная:

1.Боженкова, Р.К. Русский язык и культура речи / Р.К. Боженкова, Н.А. Боженкова, В.М. Шаклеин. – 4-е изд., стереотип. – Москва : Издательство «Флинта», 2016. – 607 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83539 (дата обращения: 13.09.2019). – Библиогр.: с. 548-552. – ISBN 978-5-9765-1004-3. – Текст : электронный.

2.Деева, Н.В. Русский язык и культура речи / Н.В. Деева, А.А. Лушпей ; Министерство культуры Российской Федерации, Кемеровский государственный институт культуры, Социально-гуманитарный институт, Кафедра литературы и русского языка. – Кемерово : Кемеровский государственный институт культуры, 2017. – 108 с. – Режим

доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=487665 (дата обращения: 13.09.2019). – Библиогр.: с. 94-95. – ISBN 978-5-8154-0397-0. – Текст : электронный.

3.Шукаева Е.М.. Нормативность речи и стилевое многообразие русского языки [Электронный ресурс] / Е.М. Шукаева .- Смоленск : СГАФКСТ, 2015 .- 101 с. - Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/706375

Дополнительная:

1. Бобылев, Б.Г. Русский язык и культура речи: учеб. пособие [Электронный ресурс] / О.Н. Коломыцева, С.В. Кошелева, Б.Г. Бобылев. - Орел: ОрелГТУ, 2006. -139 с.- 81 с. - Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/151797

2.Сундарева, Е.А. Практикум по русскому языку и культуре речи [Электронный ресурс]: [учеб. пособие] / Е.А. Сундарева.- Шуя : ФГБОУ ВПО "ШГПУ", 2009 .-59 с. - Авт. указан на обороте тит. л. - Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/188176

3.Тенчурина, Л.З. Практикум по русскому языку и культуре речи: Учебное пособие [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Л.З. Тенчурина. - : МГИИТ, 2015 .- 157 с. - Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/366975

4. Трофимова, Г.Т. Русский язык и культура речи [Электрон. ресурс]: учеб.-метод. пособие / Г.Т. Трофимова. - Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2012. - 109с.- Режим доступа: http://lib.rucont.ru/efd/258603/info

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Формируемые компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-1. *-способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач*	**Педагог - 01.001 А/03.6** Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни	*Знает:* -основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные термины и понятия в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС.
	Педагог - 01.001 А/03.6 Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа	*Умеет:* -выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); -вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; -получать общее представление о прочитанном тексте; -описывать и объяснять

	жизни **Педагог - 01.001 А/03.6** Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни	особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. *Имеет опыт:*- деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта.
УК-4 *-способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном и иностранном (ых) языке*	**Педагог - 01.001 А/03.6** Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа ж жизни **Педагог - 01.001 А/03.6** Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни	*Знает:* - основные понятия и терминологию на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском языке; - нормативные клише, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; *Умеет* на русском языке: - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата,

	Педагог - 01.001 А/03.6 Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни	аннотировать. *Имеет опыт:* - публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль осуществляется в виде:

- устного и письменного опроса
- проверки выполнения письменных домашних заданий;
- вопросно-ответных упражнений;
- тестирования

Итоговый контроль - зачет (4 семестр).

Содержание зачета

Ответить на 2 (два) теоретических вопроса.

Итоговая аттестация (зачет) складывается по дисциплине из текущей работы студента в семестре, промежуточного контроля, самостоятельной работы и ответа на зачете.

Оценка «зачтено» ставится за полное изложение полученных знаний в устной или письменной форме в соответствии с требованиями программы. Допускаются отдельные несущественные ошибки, исправляемые студентом после указания на них преподавателем. При изложении студент должен выделять существенные признаки изученного, сформулировать выводы и обобщения.

Оценка «не зачтено» ставится за неполное бессистемное изложение учебного материала. При этом студент допускает существенные ошибки, неисправляемые даже с помощью преподавателя, а также за полное незнание и непонимание материала

7.2.2. Тестовые задания по дисциплине

Тест №1. Основные понятия курса

Инструкция по выполнению теста:

1). верный ответ отметить знаком ●;

2). правильных ответов может быть более одного.

1. Какая из следующих функций не является функцией языка?

1. коммуникативная;
2. кумулятивная;
3. эстетическая;
4. этическая;
5. эмоциональная.

2. Какое из утверждений является неверным?

1.Язык – это система знаков.

2.Речь зависит от конкретных ситуаций, развертывается во времени и реализуется в пространстве.

3.Речь ограничивается только языковыми средствами.

4.Речь бывает внешней и внутренней.

5.Культура речи связана прежде всего с литературным языком.

3. Настроиться на «психологическую волну» собеседника – это значит:

1. делиться своими мыслями по поводу интересующей вас проблемы;
2. стараться задавать вопросы собеседнику по поводу услышанного;
3. улыбаться, активно жестикулировать, дать возможность высказаться собеседнику;
4. разговаривать с собеседником, стремясь смотреть на проблему его глазами, при этом отражая его мимику, позу, жесты;
5. стремиться предвосхитить ответную реакцию собеседника.

4. Какие качества речи являются коммуникативными?

1.эмоциональность; ….2.чистота; ……3. логичность;
4. многообразие…….5. доступность.

5. Какие категории текста являются основными?

1. эмоциональность и логичность;
2. связность и выразительность;
3. структурность и смысловая законченность;
4. смысловая связность и цельность;
5. последовательность и завершенность.

6. В рамках литературного языка выделяются следующие функциональные сферы:

1. устная и письменная;
2. книжная и разговорная;
3. нейтральная и экспрессивная;
4. художественная и разговорная;
5. литературная и разговорная.

7. Отличительным признаком устной речи является:

1. возможность редактирования порождаемых текстов;
2. отсутствие звукового и визуального сопровождения;
3. малый объем создаваемых текстов;
4. более позднее, по сравнению с письменной формой, возникновение;

8. Какие стили называются экспрессивными?

1. торжественный;……
2. художественный;
3. официальный;
4. шутливый;
5. низкий.

9. Коммуникативно-значимыми элементами речи являются:

1. молчание;……
2. невербальные средства;
3. социальный статус;
4. правильность.

10. Речевая ситуация включает следующие компоненты:

1. участники общения;
2. невербальные средства общения;
3. уровень владения языком;
4. обратная связь между участниками общения;
5. место и время общения.

11. Процесс установления и поддержания контакта между людьми с помощью речи называется:

1. обратная связь;

2. речевое взаимодействие;
3. речевая ситуация;
4. речевой контакт.

12. Определите, к какому языковому уровню относятся следующие речевые ошибки.

- А. Орфоэпический.
- Б. Лексический.
- В. Морфологический.
- Г. Синтаксический.

1. Жалко этого животного.
2. По выходным я со своим классом гуляем, ходим в кино.
3. Вдруг послышались крики, свисты и топоты.
4. В завершении обоих дней этого мероприятия – концерт для детей.
5. Это свободный роман от всех рамок и норм литературного стиля.

13. Выберите равноправные варианты.

1. Низовий – низовьев;…….
2. дверями – дверьми;
3. бегемот – гиппопотам;
4. колени – колена;
5. доктор – докторша;
6. машут – махают;
7. ржаветь – ржаветь;
8. выстави – выставь;
9. занавесь – занавес;
10. жираф – жирафа.

14. Каким словарем следует воспользоваться, чтобы выбрать верный вариант?

- А. Орфоэпический.
- Б. Фразеологический.
- В. Словарь паронимов.
- Г. Словарь управления.
- Д. Словарь синонимов.

1. надеть или одеть;
2. баловать или баловать;
3. естественный или натуральный;
4. спустив рукава или спустя рукава;
5. благодаря успеху или успеха.

15. Распределите обнаруженные виды многословия на группы.

- А. Тавтология.
- Б. Плеоназм.
- В. Повторение слов с одинаковым значением.

1. Ее внешний вид тем не менее никоим образом отнюдь не гарантирует соответствующего обслуживания.
2. В своей деятельности руководители руководствуются заранее составленными планами.
3. Приурочьте дату окончания прекращения курения к какому-то знаменательному событию, обязательно к свободному от работы дню.
4. Резюмируя, можно кратко обобщить: предпринята очередная попытка скомпрометировать нашу организацию.
5. Мы стремились проанализировать характер Теплякова –характерный для людей его поколения.

16. Отметьте те слова, в которых двойной согласный при произношении не сохраняется.

1. аллея;

2. аппликация;
3. галлюцинация;
4. касса;
5. лимонник;
6. идиллия;
7. иллюстрация;
8. интеллект;
9. сумма;
10. тонна.

17. Определите вид ошибки.

- А. неверное образование формы глагола.
- Б. Стилистически неверный вариант.
- В. Семантически неверный вариант.
- Г. Неверное употребление вида глагола.
- Д. Неверное употребление наклонения глагола.
- Е. Неверное употребление времени глагола.
- Ж. Неверное образование формы от бесприставочного глагола.

1. Опытный врач-психиатр **консультирует, проводит** лечение у себя дома или **приедет** к пациенту по вызову.
2. К концу первого года жизни ребенок обычно **научается** ходить самостоятельно.
3. Если **перечитывать** рассказ, **просмотреть** заново фильм, всегда находишь что-то новое.
4. Мы любим **посидеть** на закате и **наблюдать**, как солнце погружается в темную гладь моря.
5. Малыши **махают** руками.

18. Отметьте существительные общего рода.

1. вокалист;
2. выскочка;
3. гроздь;
4. дизайнер;
5. запевала;
6. недотрога;
7. недоучка;
8. тамада;
9. учитель;
10. ябеда.

19. Определите характер ошибок, допущенных в сложных предложениях.

А. Нарушен порядок слов.

Б. Допущен пропуск необходимых слов.

В. Неверно преобразована прямая речь в косвенную.

Г. Допущено нанизывание придаточных предложений.

Д. Нарушено согласование.

1.Его герои описываются на протяжении всего произведения, к которым привыкаешь, которые начинают нравиться, вдруг внезапно умирают в конце.

2.Здесь каждый может заниматься тем, чем ему больше нравится, ближе и доступнее.

3.Унылая пора связана у меня с одиночеством, когда человек закрывается в своем маленьком мире и которому не с кем поговорить и некому излить свою душу.

4.Школа – это где учатся дети.

5.Волк попросил лису, чтобы она дала мне немного рыбки.

20. Отметьте те словосочетания, которые являются свободными.

1.завязать узел;

2.завязать переписку;

3.выйти из себя;
4.выйти из комнаты;
5.падать в яму;
6.падать в обморок;
7.сбивать с дерева;
8.сбивать с толку;
9.установить рекорд;
10.установить антенну.

Тест № 2а *Языковые нормы современного русского литературного языка*

Инструкция по выполнению теста:

1). верный ответ отметить знаком ●;
2) правильных ответов может быть более одного.

Задание 1. Для текстов научного стиля не характерно...

1) логическая последовательность изложения;
2) преимущественное употребление существительных вместо глаголов;
3) широкое использование других стилей;
4) научная фразеология.

Задание 2. Укажите основные характеристики публицистического стиля: 1.понятийная точность, подчеркнутая логичность, терминологичность, отсутствие чувств и переживаний автора;
2. социальная оценочность, массовость, демократичность, доступность;
3. минимум требований к форме выражения мыслей;
4. предельная точность, не допускающая разночтений.

Задание 3. В официально-деловых текстах обычно употребляются слова: 1. амплитуда, локальный, следовать;
2. климат, хроника, журнал;
3. (эскалация, форум, почин;
4.доложить, ответчик, взыскание.

Задание 4. Укажите фигуру речи, которой соответствует определение:...- стилистическая фигура, служащая для усиления выразительности речи путем резкого противопоставлений понятий, мыслей, образов.
1.эллипсис;
2. градация;
3. антитеза;
4. анафора.

Задание 5. Условия, в которых происходит речевое общение -• это**...** :
1. деятельность;
2. взаимодействие;
3. ситуация;
4. событие.

Задание 6. Расположите предложения так, чтобы получился текст. Определите тип связи предложений.

А. Произошло это название от старорусского слова «здо», обозначавшего особую глину, из которой делали кирпичи.

Б. Зодчими когда-то называли на Руси каменных дел мастеров, то есть строителей-каменщиков.

В. Слово «зодчий» сейчас известно далеко не каждому, для кого русский язык родной.

Г. Слово «здо» давно вышло из употребления, а «зодчий», хотя и считается устаревшим, осталось в употреблении.

1. Г,А,Б,В, параллельная

2. В,Б,А,Г, последовательная
3. В,Г,А,Б, параллельная
4. Б,Г,В,А, последовательная.

Задание 7. Укажите неверный вариант записи: Заявление подано от...

1. Константина Живаго (Живаго);
2.Натальи Седых (Седых);
3.Антонины Венда (Венда);
4.Олега Мицкевич (Мицкевич)

Задание 8. Чтобы студенческий профком выделил Вам путевку в лагерь, Вы напишите....

1.резюме;
2.автобиографию;
3. заявление;
4.объяснительную записку.

Задание 9. Найдите ряд слов с неправильным сокращением:

1.и т.д. (и так далее), млд. (миллиард); млн. (миллион);
2.инж. (инженер), проф. (профессор), и.о. (исполняющий обязанности);
3.академ. (академик), зав. (заведующий), пом.(помощник);
4.с.-х.(сельскохозяйственный), руб. (рублей), тыс. (тысяча).

Задание 10. Отметьте высказывание, наиболее предпочтительное в ходе деловой беседы:

1. Я могу этого добиться;
2. Я считаю...
3. Это невозможно.
4.Вы не находите, что...

Задание 11. В системе русского литературного языка отсутствует уровень:

1. грамматический
2. стилистический
3. фонетический
4. лексико-семантический.

Задание 12. Каким словарем можно воспользоваться, чтобы узнать значения слов: «пролонгировать», «брифинг»:

1.толковым словарем;
2. орфоэпическим словарем;
3.орфографическим словарем;
4. этимологическим словарем.

Задание 13. В каком ряду во всех словах ударение падает на второй слог?

1. ходатайствовать, шофер, донельзя;
2. ножны, планер, некролог
3.туфля, юродивый, безудержный;
4. отгул, озимые, реквием.

Задание 14. Укажите фразеологизм-синоним к словосочетанию очень любить.

1. души не чаять;
2. яблоку негде упасть;
3. яблоко раздора
4.положа руку на сердце.

Задание 15. Укажите грамматическое значение рода выделенного существительного в предложении: Маша - большая **сластена.**

1.средний;
2.общий;

3.женский;
4.мужской.

Задание 16. Укажите предложение с ошибкой в употреблении деепричастного оборота.

1.Это упражнение делают стоя на вытянутых носках.
2.Студенты выполняя задание, обращались к справочной литературе
3.Книги Донцовой: могу читать, открыв на любой странице.
4.Спускаясь из окна в светлую ночь *его* могут увидеть часовые.

Задание 17. Укажите, в каком ряду во всех словах пропущена букв:

1.заг..рать, прикасаться, сравнение, ог..рок;
2 Ростислав, отклоняться уг.рсть, пол..г;
3.доск..кать, изложение, з..ря, тв..рить;
4.Выг..рки попл..вок, р..стение, слагаемое.

Задание 18. Укажите предложение, в котором все знак] препинания расставлены верно.

1.Они сошлись. Волна и камень, стихи и проза, лед и пламень не стол различны меж собой.
2.У Сибири есть много особенностей, как в природе, так и в людских нравах.
3. Все явления природы: солнечное тепло, ветер дождь можно назвать геологическими деятелями.
4. Он прошел в горячих точках огонь, и воду.

Задание 19. Укажите пример с ошибкой в образовании формы слова.

1.ляг на кровать;
2. скучаю по вам;
3. три девушки;
4. Сорок граммов.

Задание 20. Речевая ошибка допущена в предложении....

1.Человеку свойственно не только преклоняться перед великим, но и стремиться превзойти его.
2. У Владимира шел пот градом.
3.Джемма гуляла степенно, не спеша, как гуляют образованные девицы.
4.И сплетаются, рвутся, хрипят, обгоняют друг друга два голоса, как два ручья.

Задание 21. Правильно построено словосочетание:

1.находиться в Гусь-Хрустальном;
2.виднеться за Москвой-рекой;
3.укрыться плащом-палаткой;
4.отдыхать в Сочах.

Задание 22. **Правильная форма имени существительного родительного падежа мужского рода:**

1.чулков, 2. хорват, 3.носков, 4.погонов.

Задание 23. Правильно построены предложения:

1.Придя домой, я вскрыл конверт.
2. Совещание состоялось с целью согласовать позиции сторон.
3.Увидев это жилище, у меня сложилось плохое впечатление.
4. Певица была щедра для раздачи автографов.

Тест № 2б *Языковые нормы современного русского литературного языка*

Инструкция по выполнению теста:

1). верный ответ отметить знаком ●;
2). правильных ответов может быть более одного.

Задание 1. Правильно поставлено ударение в словах:

1.шампу'ры 2.изба'лованный 3.ката'лог 4.позвони't 5.то'рты
6.кофе-латте' ..7.догово'р ..8.сливо'вый

Задание 2. Правильным является произношение слов:
1.[беспрецендентный] ..2.(афера] ..3.[дермантин] ..4.[мукулатура]
5.[гренадер] ..6.[грейпфрукт] ..7.[эскалатор] ..8.[свстопредставлсние].

Задание 3. Правильным является написание слов:
1.программный…2.компромисный …3.пятибальный …4.норманский
5.кристальный …6.финский …7.кристаллический

Задание 4. Форма родительного падежа множественного числа является правильной у существительных:
1.таможень …2.шпингалетов …3.чулок …4.носок …5.апельсинов…6.мандарин

Задание 5. Склоняются аббревиатуры:
1. ТАСС 2.НАТО З..ПТУ 4.ГИБДД 5. МХАТ 6. МИД

Задание 6. Числительные использованы правильно:
1. стоимость пальто от девятиста пятидесяти рублей
2. достаточно шестидесяти восьми килограммов
3.обратиться к восьмисот девяносто двум зрителям
4. дом с четырьмя комнатами
5. дом находится в полутора километрах от станции

Задание 7. Правильным является сочетание слов:
1.играть роль …2.заслужить известность …3.придавать внимание
4.одержать победу …5.поднять тост …6.уморить червячка
7.пускать пыль в глаза …8.положить в долгий ящик

Задание 8. Правильно построены словосочетания:
1.согласно распоряжения …2.управляющий банка …3.иск против предприятия
4.соответственно положению …5.заведующий кафедрой
6.отдать предпочтение перед победителем

Задание 9. Правильными являются сочетания паронимов *наложить* и *положить* со словами:
1.положить на себя руки …2.положить раненого …3.положить повязку
4.положить запрет…5.наложить позолоту …6.наложить гарнир на тарелку

Задание 10. Ударение на первый слог падет в словах:
1.ряженый …2.книксен …3.розлив …4.щавель …5.звонит …6.консервов

Задание 11. Нормативным является ударение в словах:
1.пулОвер …2.отходнАя (молитва) …3.средствА …4.мизантрОпия
5.хлопчАтый …6.обеспЕчение …7.жАлюзи …8. лЕска …9.избАлованный

Задание 12. Правильным является сочетание слов:
1.уделяется внимание …2.придается большое внимание
3.большую роль приобрели …4.важную роль стали играть
5.подвести результат

Задание 13. Правильно построены предложения:
1.Половина жильцов старого дома не получила новые квартиры.
2.Несколько человек кого-то отталкивало.
3.Половина собравшихся являются студентами
4.Несколько человек остались на второй год.
5.Половина избирателей голосовали против.

Задание 14. Правильно построены предложения:
1.Большинство команд были не согласны с решением судей.
2.Болыпинство решили не ходить на концерт.
3. Большинство было настроено решительно.

Задание 15. На месте буквосочетания *чн* произносится [шн] в словах:
1.прачечная …2.ночной …3.справочник
4.скворечник …5.что

Задание 16. Имеют формы 1 лица единственного и множественного глаголы:
1.победить …2.чувствовать …3.течь …..4.лицемерить …5.убедить
Задание 17. Формы множественного числа с окончанием *-а(-я)* образуются у существительных:
1.мастер …2.повар …3.госпиталь…4.конструктор ..5.катер …6.порт
7. лес (множество деревьев, растущих на большом пространстве)
Задание 18. Несклоняемыми являются следующие существительные:
1.какаду …2.галифе …3.эйфория …4.харакири …5.жюри… 6.гамаши
Задание 19.В метафорическом значении употреблены подчеркнутые иноязычные слова.
1.реанимация российской экономики …2.политический бомонд
3. объявление импичмента …4.рейтинг вранья …5.электорат президента
Задание 20. Укажите фигуру речи, которой соответствует определение:
…… - стилистическая фигура, служащая для усиления выразительности речи путем резкого противопоставления понятий, мыслей, образов.
1.эллипсис…2.градация …3.антитеза

Тест № 3 Функциональные стили языка

Инструкция по выполнению теста:
1). верный ответ отметить знаком ●;
2). правильных ответов может быть более одного.

Задание 1. Соотнесение стиля с функцией языка должно быть верным:
1. публицистический стиль а) коммуникативная
2.научный стиль б) сообщение и воздействие
3. официально-деловой стиль в) информативная и воздействующая
4. разговорный стиль г) информационная
Задание 2. Стремление к обобщению, абстракции проявляется в преобладании абстрактной лексики над конкретной. Отсутствует разговорная и просторечная лексика. Стилю чужда эмоционально-экспрессивная окрашенность. Характеристика лексики относится к:
1. научному стилю….2. публицистическому стилю
3. разговорному стилю….4. официально-деловому стилю
Задание 3. Стиль следующего текста:
Такие языки, как английский, немецкий, французский, испанский, итальянский имеют некоторое сходство с русским и другими славянскими языками. Их объединяет общее происхождение и принадлежность к индоевропейской…
1. разговорный….2. научный
3. литературно-художественный….4. публицистический
Задание 4. Стилем следующего текста является:
«Господа! При ознакомлении с моим отчётом наше руководство проявило большой интерес к деятельности нашей фирмы. Я хотел бы просить вас прислать экземпляр каталога предлагаемой вами продукции»…
1. официально-деловой….2. научный….3. литературно-художественный
4. публицистический….5. разговорный
Задание 5. Соотнесение слов со стилем будет верным:
1.книжная лексика….2.тилистически нейтральная лексика
3.разговорная лексика….4.деловая лексика
а) брести, б) идти, в) множество, г) сессия, д) лик, е) уйма, ж) мнение,
з) много, и) лицо, к) шествовать, л) морда, м) резолюция

Задание 6. Стиль следующего текста: Буду говорить о состоянии культуры в нашей стране и главным образом о гуманитарной, человеческой её части. Без культуры в обществе нет и нравственности. Без элементарной нравственности не действуют социальные и экономические законы…

1. разговорный….2. художественный…..3. газетно-публицистический
4. официально-деловой….5. научный

Задание 7. Характерные особенности имеют отношение к:

1. научному стилю
2. публицистическому стилю
3. разговорному стилю
4. официально-деловому стилю

-сжатость, компактность изложения
-стандартность изложения материала
-широкое использование терминов
-почти полное отсутствие эмоционально-экспрессивных средств языка
-слабая индивидуализация стиля

Задание 8. Стиль следующего текста: Язык относится к тем общественным явлениям, которые действуют на протяжении всего существования человеческого общества. При помощи языка люди обмениваются мыслями, выражают свои чувства.

1. разговорно-обиходный……..2. публицистический
3. официально-деловой……..4. научный

Задание 9. Следующие особенности имеют отношение к:

1.научному стилю…..2.публицистическому стилю
3. разговорному стилю…..4. официально-деловому стилю

-неподготовленность, спонтанность речи
-на содержание речи оказывают влияние экстралингвистические (внеязыковые) факторы

Задание 10. Стиль следующего текста:

Чтобы собрать изделие по сборочному чертежу, необходимо предварительно изготовить отдельные детали. Для изготовления отдельных деталей надо обеспечить производство рабочими чертежами.

1. научный….2. художественный…3. официально-деловой…4. публицистический

Задание 11. Нижеперечисленные признаки относятся к:

1. научному стилю…2. публицистическому стилю
3. разговорному стилю….4. официально-деловому стилю

-употребление стандартных клишированных средств языка
-активное использование эмоциональных речевых средств, создание тропов и стилистических фигур
-совмещение слов книжной лексики с разговорной, просторечной

Задание 12. Стиль, в котором уместно употребление выделенных слов:

1.Швабра стоит у нянечки в **подсобке**.
2.Пошли в **столовку**, там пирожки горячие.

1. научный…2. Художественный…3. официально-деловой…4. разговорный

Итоговый тест по дисциплине «Русский язык и-культура речи»

Инструкция по выполнению теста:

1). верный ответ отметить знаком ●;
2). правильных ответов может быть более одного.

Задание1. Какое из утверждений верно?

Язык – это:

1.набор текстов;
2.умение говорить;
3.знание правил;
4.знаковая система.

Задание 2. Отметьте случаи неверного ударения в следующих фрагментах рекламных текстов.

1.брон**И**рованные двери;
2.бусы из тигр**О**вого глаза;
3.кух**О**нная мебель;
4.язык**О**вый центр;
5.новый катал**О**г.

Задание 3. Формулировка *«Нужно делать так, потому что так делает большинство»* описывает:

1.протокол;
2.предписывающую норму;
3.регистрирующую норму;
4.успешную коммуникацию.

Задание 4. В словосочетаниях какой строки прилагательные употреблены в прямом значении?

1.холодный ветер, ледяной взгляд;
2.ледяная вежливость, громкий выстрел;
3.холодный чай, ледяной простор;
4.громкое дело, ледяная улыбка.

Задание 5. Речевая агрессия – это:

1.употребление бранных слов;
2.случайное причинение вреда человеку;
3.намеренное оскорбление человека словом;
4.критика в адрес собеседника.

Задание 7. Успешность коммуникации менее всего зависит от:

1.уровня культуры речи собеседников;
2.содержания передаваемого сообщения;
3.соблюдения протокола общения;
4.количества собеседников.

Задание 8. В какой строке все слова пишутся с буквой и?

1.слыш..мый, выслуш..в, леле..л, раска..вшись;
2.ре..вший, увид..л, завис..в, наде..вшись;
3.расстро..вшись, замет..в, вид..мый, закле..л;
4.мысл..мый, постро..в, ненавид..л, зате..нный.

Задание 9. Экспрессивность и эмоциональность речи является чертой:

1.публицистического стиля речи;
2.разговорного стиля речи;
3.научного стиля речи;
4.художественного стиля речи.

Задание 10. Укажите, какие значения соответствуют приведенным образным выражениям.

А. Крупный, рослый великан.
Б. Мерка, под которую подгоняют.
В. Нависшая, угрожающая опасность.
Г. Восхвалять.
Д. Совершить решительный поступок.

1.Курить фимиам.
2.Перейти Рубикон.

3.Прокрустово ложе.
4.Дамоклов меч.
5.Этакий Голиаф.

Задание 11. Выберите грамматически правильное продолжение предложения:

Храня память о прошлом,

1. *...ученым понадобилось много времени на изучение старинных летописей.*
2. *...монастыри стали неотъемлемой частью русской истории.*
3. *... изучение истории имеет большое значение.*
4. *...это помогает лучше понять настоящее.*

Задание 12. Среди изменений, коснувшихся лексики русского языка, не отмечается такое явление, как:

1.заимствование иностранных слов;
2.возвращение в речь вышедших из употребления слов;
3.уменьшение количества экспрессивной лексики;
4.создание новых значений существующих слов.

Задание 13. Определите, к какой композиционно части выступления относится следующая речевая формула: «*Вы, вероятно, знаете, что случилось вчера вечером»?*

1.вступление;
2.основная часть;
3.заключение.

Задание 14. Каким словарем можно воспользоваться, чтобы выбрать верный вариант: «*эффективность - эффектность*»?

1.Словарь иностранных слов;
2.Словарь омонимов;
3.Этимологический словарь;
4.Словарь паронимов.

Задание 15. Какое языковое средство использовано в следующей рекламе: *«.. Если нужен ГАЗ!» (реклама автомобилей марки ГАЗ)*?

1.рифма;
2.повтор;
3.сочетание прописных и строчных букв;
4.каламбур.

Задание 16. Область, которой человек интересуется и в которой он является (считает себя, хочет являться) специалистом, называется:

1.личная зона;
2.социальная зона;
3.специальная зона;
4.экспертная зона.

Задание 17. «Нетелефонный» разговор – это:

1.разговор, связанный с обсуждением приказов и распоряжений начальства;
2.разговор о погоде и самочувствии;
3.азговор средствами Интернет-телефонии;
4.разговор, продолжительность которого превышает три минуты.

Задание 18. Характерными чертами официально-делового стиля являются:

1.объективность, экспрессивность, стандартизованность, точность;
2.объективность, точность, ясность, синтаксическая осложненность;
3.точность, ясность, выразительность, полнота изложения;
4.ясность, точность, объективность, стандартизованность, полнота изложения.

Задание 19. О каком способе изложения информации в научном тексте идет речь, если в нем присутствуют следующие слова-сигналы: *пусть, предположим, если, допустим, значит, следовательно, итак*?

1.описание;
2.рассуждение;
3.повествование;
4.доказательство.

Задание 20. Хороший лектор:

1.контролирует процесс слушания в аудитории;
2.обращается только к тем, кто его слушает;
3.не интересуется, внимательно ли его слушают;
4.следит за звуком своего голоса.

Задание 21. Не существует такого понятия, как:

1.публицистический стиль;
2.стиль романа;
3.сатирический стиль;
4.письменный стиль.

Задание 22. Самыми сильными позициями рекламного текста являются:

1.основная часть, заголовок, конец текста;
2.статистические данные, зачин, рифма;
3.зачин, конец текста, заголовок;
4.название рекламируемой фирмы, номера телефонов фирмы, информация о скидках.

Задание 23. Деловой этикет – это:

1.порядок поведения в системе делового общения;
2.следование стандартным схемам построения высказывания в сфере делового общения;
3.строгий учет разницы в статусе при общении начальника и подчиненного;
4.выполнение требований должностной инструкции.

Задание 24. Общение в реальном времени протекает:

1.в форуме;
2.электронной переписке;
3.чате.

Задание 25. Текст письма не может быть написан:

1.от третьего лица множественного числа: «*Просят Вас выслать…*»;
2. от третьего лица единственного числа: «*Аптека «Ромашка» просит предоставить…*»
3.от первого лица единственного числа: «*Прошу выслать…*»
4.от первого лица множественного числа: «*Просим выслать…*».

Задание 26. Вспомогательные материалы предназначены для:

1.облегчения запоминания слушателями;
2.привлечения богатого иллюстративного материала;
3.демонстрации технической компетенции докладчика.
4.развития интереса.

Задание 27. Какие качества речи являются коммуникативными?

1.богатство;
2.благозвучие;
3.чистота;
4.выразительность;
5.ргументированность.

Задание 28. Отметьте предложения с неверным порядком слов.

1.Ведь только такой человек может видеть и понимать природу, как Левитан.
2.Он очень выразительно читает стихи.
3.В последнее время появилось много новых аббревиатур.
4.Наставник не всегда с учеником беседует, а это необходимо.

Задание 29. Позиция, которую занимает человек в обществе или социальной группе, называется:

1.социальная роль;

2.коммуникативная роль;
3.социальный статус;
4.оммуникативный статус.

Задание 30. Определите тип обнаруженных ошибок в предложениях.

1.Путники сдвинули лежачий на дороге камень.
2.Красноречие юноши произвело на девушку надлежащий эффект.
3.Становите сюда свой чемодан.
4.Артисты выступали в потрясных костюмах.
5.К праздничному столу я купил пять килограмм банан.

А. Использование жаргонизмов.
Б. Нарушение лексической сочетаемости.
В. Ошибка в образовании падежной формы.
Г. Использование просторечия.
Д. Смешение паронимов.

Задание 31. Показателем социального статуса человека, с точки зрения особенностей его речи, не является:

1.использование жаргона;
2.интонация;
3.произношение;
4.наличие дефектов речи.

Задание 32. Публичное выступление обязательно предполагает:

1.зачитывание письменного текста;
2.импровизацию;
3.подготовленность текста;
4.жестикуляцию.

Задание 33. Найдите предложение с пунктуационной ошибкой.

1.В избушке, распевая, дева прядет, и, зимний друг ночей, трещит лучина перед ней.
2.Но вот во ржи и основному полю пробежала первая волна, рванул ветер и в воздухе закружилась пыль.
3.В сентябре лес реже и светлее и птичьи голоса тише.
4.Впереди были люди и, следовательно, бояться мне было нечего.

Задание 34. В какой строке все слова с не пишутся слитно?

1.(не) здоровится, (не) лепый, (не) мог, (не) взирая;
2.(не) ряха, (не) скошено, (не) был, (не) доумевая;
3.(не) навидя, (не) прибрано, (не) сделав, (не) хотя;
4.(не) годуя, (не) брежно, (не) доучка, (не) скошенная трава.

Задание 35. Выбор вербальных и невербальных средств общения осуществляется в зависимости от:

1.желания говорящего;
2.речевой ситуации;
3.потребностей и реакции адресата;
4.национальных особенностей.

Задание 36. Какой стилистический прием использовал В. Маяковский в стихотворении для создания эффекта выразительности?

Не думай бежать!
Это я
Вызвал.
Найду.
Загоню.
Доконаю.
Замучу!

1.анафора;
2.риторический вопрос;
3.радация;

4.эллипсис.

Задание 37. К запрещающим стратегиям ведения полемики относится:

1.стратегия дискредитации точки зрения собеседника;

2.стратегия дискредитации личности собеседника;

3.стратегия нападения на доказательства собеседника;

4.стратегия самозащиты от нападений собеседника.

Задание 38. В каком предложении вместо слова *гордыня* нужно употребить *гордость*?

1.Душа его, наполненная гордыней, устала от борьбы и самоутверждения.

2.Радость от успеха незаметно для него самого переросла в гордыню, слава вскружила голову.

3.Непомерная гордыня обуяла этого человека.

4.Новый клуб – гордыня поселка.

Задание 39. Какое лексическое значение слова *заглавный*?

1.главный, основной, наиболее существенный;

2.тносящийся к заглавию, являющийся названием чего-либо;

3.возглавляющий кого- или что-либо;

4.находящийся в центре, в середине чего-либо.

Задание 40. В какой последовательности нужно расположить предложения, чтобы получился относительно законченный текст?

А. *Мрак становился гуще; предметы теряли свой прежний вид и облекались в новую наружность.*

Б. *Чем больше сгущалась темнота, тем громче кричали лягушки.*

В. *Вода, древесные ветви и туманные полосы смешивались вместе и ускользали от человеческого понятия.*

Г. *Голоса их составляли как бы один беспрерывный и продолжительный гул, так что ухо к нему привыкало и различало сквозь него и дальний вой волков, и вопли филина.*

1. А, Б, В, Г;
2. Б, Г, А, В;
3. Б, А, В, Г;
4. Б, А, Г, В.

7.2.3. Вопросы к зачету

1. Культура речи как научная дисциплина. Место культуры речи в системе языковых и неязыковых дисциплин. Культура языка и культура речи.
2. Характеристика основных коммуникативных качеств речи (правильность, точность, логичность, чистота, богатство, выразительность и уместность речи).
3. Литературный язык и его признаки.
4. Понятие о норме СРЛЯ. Типы норм. Общеязыковая норма и норма литературного языка.
5. Языковая вариантность и культура речи.
6. Общая характеристика орфоэпических норм. Произношение гласных и согласных.
7. Произношение заимствованных слов.
8. Акцентологические нормы. Характеристика русского ударения. Акцентологические варианты. Причины изменения и колебания ударения.
9. Основные закономерности в постановке ударения у имен существительных и прилагательных.
10. Основные закономерности в постановке ударения у глаголов.
11. Морфологические нормы. Варианты морфологической нормы.
12. Род несклоняемых имен существительных. Родовые различия в названиях лиц типа секретарь-секретарша.
13. Варианты падежных окончаний имен существительных.

14. Употребление форм имен прилагательных.
15. Склонение и употребление имен числительных.
16. Особенности употребления в речи некоторых форм местоимений.
17. Употребление глагольных форм.
18. Синтаксические нормы. Вариантность в формах управления и согласования.
19. Порядок слов в предложении. Сказуемое при подлежащем, имеющем в своем составе существительное с собирательным значением.
20. Ошибки в употреблении однородных членов предложения в речи.
21. Общая характеристика лексических норм. Возможные нарушения норм словоупотребления в речи тренера.
22. Понятие о функциональных стилях и функционально - стилевой дифференциации языка
23. Стили языка, стили речи и жанры. Основные положения стилистики.
24. Официально-деловой стиль и его жанры. Культура деловой речи.
25. Научный стиль и его жанры. Культура научной и профессиональной речи.
26. Публицистический стиль и его жанры.
27. Разговорный стиль и его жанры. Культура разговорной речи тренера.
28. Культура устной деловой речи.
31. Характерные особенности деловой беседы, переговоров, телефонного разговора.
32. Невербальные средства общения.
33. Культура делового письма.
34. Требования к языку и стилю в документах различных видов: распорядительных, коммерческих, справочно-информационных.
35. Речевой этикет.
36. Культура монологической речи. Виды речи.
37. Этапы подготовки ораторской речи.
38. Композиция речи. Краткая характеристика каждого элемента.
39. Методы изложения материала и приемы привлечения внимания.
40. Особенности звучащей речи. Компоненты интонации: тон голоса, интенсивность звучания, темп речи, тембр голоса. Пауза. Дикция.
41. Основные средства речевой выразительности.
42. Основные типы лингвистических словарей.

Рекомендации по оцениванию результатов достижения компетенций

Показатели	Критерии оценивания	Средства оценивания
УК 1 *Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач*		
Знает: -основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные термины и понятия в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; Умеет: -выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); -вести беседу,	**Пороговый уровень (удовлетворительно):** Знает – основные лингвистические термины и понятия; Умеет – выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - получать общее представление о прочитанном тексте; Имеет опыт – деловой коммуникации. **Стандартный уровень (хорошо):**	Устный и письменный опрос Тестирование Само- и взаимопроверка Собеседование

целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; -описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. Имеет опыт:- деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта.	Знает – основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; Умеет – вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; Имеет опыт – деловой коммуникации. **Эталонный уровень (отлично):** Знает – основные термины и понятия в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС; Умеет – описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной форме в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. Имеет опыт - владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта.	
УК-4 ***С****пособен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном и иностранном(ых) языке*		
Знает: - основные понятия и терминологию на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском языке; - нормативные клише, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере.	**Пороговый уровень (удовлетворительно):** Знает – правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском языке; Умеет – определять и выделять основную информацию текста; Имеет опыт – аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта. **Стандартный уровень (хорошо):** Знает – нормативные клише, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере.	Устный и письменный опрос Тестирование Само- и взаимопроверка Собеседование

Умеет на русском языке: - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать. *Имеет опыт:* - публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.	Умеет–правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; Имеет опыт – публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия). **Эталонный уровень (отлично):** Знает – основные понятия и терминологию на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; Умеет – обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать. Имеет опыт - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.	

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1.Боженкова, Р.К. Русский язык и культура речи / Р.К. Боженкова, Н.А. Боженкова, В.М. Шаклеин. – 4-е изд., стереотип. – Москва: Издательство «Флинта», 2016. – 607 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83539 (дата обращения: 13.09.2019). – Библиогр.: с. 548-552. – ISBN 978-5-9765-1004-3. – Текст: электронный.

2.Деева, Н.В. Русский язык и культура речи / Н.В. Деева, А.А. Лушпей; Министерство культуры Российской Федерации, Кемеровский государственный институт культуры, Социально-гуманитарный институт, Кафедра литературы и русского языка. – Кемерово: Кемеровский государственный институт культуры, 2017. – 108 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=487665 (дата обращения: 13.09.2019). – Библиогр.: с. 94-95. – ISBN 978-5-8154-0397-0. – Текст: электронный.

3. Нормативность речи русского языка: Орфоэпия. Акцентология. Лексика: учебно-методическое пособие: [16+] / Смоленский государственный университет спорта. – Смоленск: Смоленский государственный университет спорта, 2025. – 80 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=730270 (дата обращения: 04.02.2026). – Библиогр.: с. 61. – Текст: электронный.

4. Нормативность речи русского языка: морфология: учебно-методическое пособие: [16+] / авт.-сост. Е. М. Шукаева; Смоленский государственный университет спорта, Кафедра иностранных языков. – Смоленск: Смоленский государственный университет спорта, 2025. – 51 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=730273 (дата обращения: 04.02.2026). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

5. Нормативность речи русского языка: синтаксис: учебно-методическое пособие: [16+] / авт.-сост. Е. М. Шукаева; Смоленский государственный университет спорта, Кафедра иностранных языков. – Смоленск: Смоленский государственный университет спорта, 2025. – 48 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=730274 (дата обращения: 04.02.2026). – Библиогр.: с. 43. – Текст: электронный.

Дополнительная:

1.Спортивная лексика: терминологический справочник: словарь: [16+] / авт.-сост. И. В. Дашдамирова, Е. М. Шукаева; Смоленский государственный университет спорта, Кафедра иностранных языков. – Смоленск: Смоленский государственный университет спорта, 2026. – Часть 2. – 48 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=730943 (дата обращения: 27.02.2026). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

2.Спортивная лексика: терминологический справочник: словарь: [16+] / авт.-сост. И. В. Дашдамирова, Е. М. Шукаева. – Смоленск: Смоленский государственный университет спорта, 2026. – Часть 1. – 45 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=730942 (дата обращения: 27.02.2026). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

3.Современный русский язык: орфоэпия и акцентология: практикум: [16+] / авт.-сост. Е. М. Шукаева; Смоленский государственный университет спорта. – Смоленск: Смоленский государственный университет спорта, 2025. – 53 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=730278 (дата обращения: 04.02.2026). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

4. Современный русский язык: лексика: практикум: [16+] / авт.-сост. Е. М. Шукаева, И. В. Дашдамирова; Смоленский государственный университет спорта, Кафедра иностранных языков. – Смоленск: Смоленский государственный университет спорта, 2025. – Часть 1. – 53 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=730276 (дата обращения: 04.02.2026). – Библиогр.: с. 36. – Текст: электронный.

5. Современный русский язык: лексика: практикум: [16+] / авт.-сост. Е. М. Шукаева, И. В. Дашдамирова; Смоленский государственный университет спорта, Кафедра иностранных языков. – Смоленск: Смоленский государственный университет спорта, 2025. – Часть 2. – 60 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=730277 (дата обращения: 04.02.2026). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

9.Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1. Электронные библиотечные системы

1.Электронно-библиотечная система НЦР «Руконт» [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://lib.rucont.ru/

2.Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://elibrary.ru/

3.Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://lib.sportedu.ru

4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE».- Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

Справочно-информационные системы:

1.«КонсультантПлюс» [Электронный ресурс]: справочная правовая система. – Режим доступа: http://www.consultant.ru

2.«Гарант» [Электронный ресурс]: справочная правовая система. – Режим доступа: http://www.garant.ru

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

1.Грамматика русского языка – ресурс, содержащий электронную версию Академической грамматики русского языка, составленной Академией наук СССР (Институт русского языка) – Режим доступа: http://rusgram.narod.ru

2.Грамота.ру - справочно-информационный интернет-портал «Русский язык» - Режим доступа: http://www.gramota.ru

3.Русский язык: говорим и пишем правильно - ресурс о культуре письменной и устной речи – Режим доступа: http://www.gramma.ru

4.Сайт Государственного института русского языка имени А.С. Пушкина – Режим доступа: http://pushkin.edu.ru

5.Сайт Института русского языка имени В.В. Виноградова – (ИРЯ РАН) – Режим доступа: http://www.ruslang.ru

6.Словари.Ру - ресурс, содержащий обширную коллекцию онлайновых словарей русского языка – Режим доступа: http://www.slovari.ru

7. ЭБС «BOOK.ru – Режим доступа: https://www.book.ru

8.ЭБС «ZNANIUM.COM» - Режим доступа: http://znanium.com

10. Методические указания для студентов по освоению дисциплины

Все студенты обязаны конспектировать вводимый на занятиях грамматический материал. Все устные темы должны быть записаны в тетради.

Студенты должны владеть навыками самостоятельной работы дома или в читальном зале; должны уметь работать со словарем и учебником, что особенно важно для тех, кто отсутствует на занятиях (участие в сборах и соревнованиях).

Студентам при освоении курса следует обращать особое внимание на усвоение трудных вопросов.

Приступая к изучению новой учебной дисциплины, студенты должны ознакомиться с учебной программой, учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке СГУС и других библиотеках города, получить в библиотеке рекомендованные учебники и учебно-методические пособия, завести новую тетрадь для конспектирования лекций.

В ходе лекционных занятий вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, выводы и практические рекомендации.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

В ходе подготовки к практическим занятиям изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д. При этом учесть рекомендации преподавателя и требования

учебной программы. Дорабатывать свой конспект лекции, делая в нем соответствующие записи из литературы, рекомендованной преподавателем и предусмотренной учебной программой. Подготовить тезисы для выступлений по всем учебным вопросам, выносимым на семинар.

Готовясь к докладу или реферативному сообщению, обращаться за методической помощью к преподавателю. Составить план-конспект своего выступления.

В ходе практического занятия внимательно слушать выступления своих однокурсников. При необходимости задавать им уточняющие вопросы. Принимать активное участие в обсуждении учебных вопросов: выступать с докладами, рефератами, обзорами научных статей, отдельных публикаций периодической печати, касающихся содержания темы семинарского занятия. С целью более глубокого усвоения изучаемого материала задавать вопросы преподавателю.

При подготовке к зачету (в конце семестра) повторять пройденный материал в строгом соответствии с учебной программой, примерным перечнем учебных вопросов, выносящихся на зачет и содержащихся в данной программе. Использовать конспект лекций и литературу, рекомендованную преподавателем. Обратить особое внимание на темы учебных занятий, пропущенных по разным причинам. При необходимости обратиться за консультацией и методической помощью к преподавателю.

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины

- три персональных компьютера; ноутбук;
- класс с мультимедийной установкой;
- электронные таблицы по русскому языку

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1.	Аудитория № 305 - помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung300E5A, проектор inFocusIN122a (стационарный), интерактивная доска с антибликовым покрытием, интерактивное устройство VirtualInk Mimio Xiinteractive, акустические колонки Genius SP-205B.	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение № лицензии 23041709220 65924300631, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250499 Node 1 year Educational Renewal License;

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
2.	Аудитория № 316 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 30; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная трёхэлементная.	-//-
3.	Аудитория № 317 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 16; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная.	-//-
4.	Аудитория № 318а - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 24; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная трехэлементная.	-//-
5.	Аудитория № 318 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 18; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная.	-//-

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«Согласовано»
Ответственный за ОПОП
по направлению 49.03.03
«Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
к.п.н., доцент Васильева З.В.

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«Согласовано»
Ответственный за ОПОП
по направлению 49.03.03
«Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
к.п.н., доцент Васильева З.В.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и молодёжной политике
А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ПЕДАГОГИКА

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы):
«Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 1,2
Семестр – 2,3
Итоговая форма контроля – дифференцированный зачёт

Рабочую программу разработал:
старший преподаватель В.В. Князева

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка …… 3

1.1 Выписка из ФГОС 3++ …… 3

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины……... 3

2. Результаты обучения по дисциплине……... 4

3. Место дисциплины в структуре ОПОП…….. 7

4. Объем дисциплины и виды учебной работы ……..... 7

5. Содержание дисциплины ……..... 8

5.1 Количество часов по видам занятий……..…. 8

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий……. 9

5.2.1 Содержание лекционных занятий…….. 9

5.2.2 Содержание практических занятий…… 10

6. Самостоятельная работа студентов……..... 11

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации…….. 16

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины…… 16

7.2 Типовые контрольные задания ……..... 19

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля… . 19

7.2.2 Вопросы к коллоквиуму …….. 19

7.2.3 Тестовые задания по дисциплине……... 20

7.2.4 Вопросы к зачёту ……..……. 25

8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины ……..... 26

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины……. 27

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.. 28

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины…….. 31

Приложения …… 33

1. Пояснительная записка

1.1 Выписка из ФГОС 3++

Федеральный государственный образовательный стандарт 3++ по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» утвержден Приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 г. №943.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включает:

01 Образование и наука (в сфере дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, в сфере санаторно-курортного отдыха и лечения);

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники могут готовиться к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

тренерский;

педагогический;

рекреационно-оздоровительный;

организационно-методический;

организационно-управленческий;

научно-исследовательский.

Профессиональные стандарты (ПС):

ПС – 01.001 Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (воспитатель, учитель).

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Педагогика» реализуется в рамках обязательной части Блока 1 учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению 49.03.03 – «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм». В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1,2 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – дифференцированный зачёт.

Учебный процесс по дисциплине «Педагогика» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекций, семинарских и практических занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.

УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.

УК-10. Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению.

ПК-1. Способен реализовывать образовательный процесс в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования; по дополнительным общеобразовательным программ, программам профессионального обучения, среднего профессионального образования (СПО), дополнительным профессиональным программам (ДПП).

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определённых компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	**Профессиональный стандарт и код трудовой функции**	**Компетенции**
знать: историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества; педагогические закономерности организации образовательного процесса; *уметь:* планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; анализировать ход и результаты проведенных занятий для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; анализировать проведение учебных занятий и организацию самостоятельной работы обучающихся, вносить коррективы в рабочую программу, план изучения учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), образовательные технологии, задания для самостоятельной работы, собственную профессиональную деятельность; *иметь опыт:* планирования и проведения учебных занятий; текущего контроля, помощи обучающимся в коррекции деятельности и поведения на занятиях; текущего контроль, оценки ди-	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» A/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение ПС «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» A/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы ПС «Педагог профессионального обуче-	УК-1

намики подготовленности и мотивации обучающихся в процессе изучения учебного предмета, курса, дисциплины (модуля).	ния, профессионального образования и дополнительного профессионального образования» А/01.6 Организация учебной деятельности обучающихся по освоению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ профессионального обучения, СПО и (или) ДПП	
знать: основы методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; педагогические закономерности организации образовательного процесса; объективные связи обучения, образования, воспитания и развития личности в социуме; правила ведения групповой дискуссии; функции и средства общения; *уметь:* общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач; на основе единых научно - методических подходов взаимодействовать с коллегами (педагогами и психологами); управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; организовывать групповую дискуссию, продуктивно участвовать в ней; самостоятельно искать и анализировать научную литературу, в том числе находящуюся в электронных библиотеках, актуальные статьи в научных журналах, в том числе электронных; владеть ИКТ-компетентностями; анализировать реальное состояние дел в учебной группе, поддерживать в детском коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; *иметь опыт:* владения различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности; самостоятельной постановки проблемы, формулировки задачи, поиска информации, анализа информации, творческого выполнения заданий, организации и продуктивного участия в групповых дискуссиях	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» А/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение ПС «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» А/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы ПС «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования» А/01.6 Организация учебной деятельности обучающихся по освоению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ профессионального обучения, СПО и (или) ДПП	УК-3

знать: техники и приемы общения (слушания, убеждения) с учетом возрастных и индивидуальных особенностей собеседников; основы эффективного педагогического общения, законы риторики и требования к публичному выступлению; *уметь:* сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач; взаимодействовать с членами педагогического коллектива, представителями профессионального сообщества, родителями (законными представителями) обучающихся (для дополнительных общеобразовательных программ), иными заинтересованными лицами и организациями при решении задач обучения и (или) воспитания отдельных обучающихся и (или) учебной группы с соблюдением норм педагогической этики; *иметь опыт:* создания, поддержания уклада, атмосферы и традиций жизни образовательной организации.	ПС «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» А/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы	УК-10
знать: историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных (педагогических) систем, роль и место образования в жизни личности и общества; принципы и приемы представления дополнительной общеобразовательной программы; педагогические закономерности организации образовательного процесса; законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; *уметь:* осуществлять деятельность, соответствующую дополнительной общеобразовательной программе; выполнять деятельность и (или) демонстрировать элементы деятельности, осваиваемой обучающимися, и (или) выполнять задания, предусмотренные программой учебного предмета, курса, дисциплины (модуля); разрабатывать и реализовывать индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные программы развития и индивидуально-ориентированные образовательные программы с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся; использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно- исторический, деятельностный и развивающий; *иметь опыт:* планирования и проведения учебных занятий; организации, в том числе стимулирование и мотивация деятельности и общения обучающихся на учебных занятиях; проведения учебных занятий по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям) образовательной про-	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» А/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение ПС «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» А/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы ПС «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования» А/01.6 Организация учебной деятельности обучающихся по	ПК-1

граммы; осуществление профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования; реализации современных, в том числе интерактивных, форм и методов воспитательной работы, используя их как на занятии, так и во внеурочной деятельности.	освоению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ профессионального обучения, СПО и (или) ДПП	

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Педагогика» относится к обязательной части (Б1.О.08). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1,2 курсе, по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля): дифференцированный зачёт. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: история. Дисциплина «Педагогика» является предшествующей для следующих дисциплин: психология, теория и методика физической культуры, валеология.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Педагогика» имеет трудоёмкость, равную 3 зачётным единицам (108 часов).

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр	
			2	3
Контактная работа преподавателей с обучающимися		12	6	6
Лекции		6	4	2
Практические занятия		6	2	4
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачёт)		4	-	4
Самостоятельная работа		92	92	
Общая трудоемкость	часы	108	108	
	ЗЕ	3	3	

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№	Разделы,	Всего	Виды учебной работы

п/п	модули, темы	часов	лекции	групповые занятия	самост. работа
1	2	3	4	5	6
Раздел 1. Теоретико-методологические основы педагогики					
1	Основные тенденции и направления развития педагогической науки	4			4
2	Педагогика как наука и / или искусство воспитания	4			4
3	Развитие, социализация и воспитание личности. Ребенок в современном мире	6	2		4
4	Возрастные и индивидуальные особенности развития	4			4
5	Семья в системе воспитания и социализации личности	4			4
6	Детский коллектив в процессе формирования личности	4			4
7	Образование и культура. Система образования и воспитания. Проблемы современного образования	4			4
8	Гуманистические образовательные системы	6	2		4
9	Методы педагогических исследований	4			4
Раздел 2. Теория целостного педагогического процесса					
10	Педагогический процесс как система и целостное явление	8	2	2	4
11	Воспитание в целостном педагогическом процессе	6		2	4
12	Обучение в целостном педагогическом процессе	4			4
Раздел 3. Общие основы организации целостного учебно-воспитательного процесса					
13	Методы осуществления целостного педагогического процесса	4			4
14	Формы организации целостного педагогического процесса	4			4
Раздел 4. Основы технологии целостного педагогического процесса.					
15	Педагогическое искусство и мастерство	6		2	4
16	Педагогическое общение в	4			4

№ п/п	Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебной работы		
			лекции	групповые занятия	самост. работа
1	2	3	4	5	6
	целостном педагогическом процессе				
17	Подготовка к зачёту. Дифференцированный зачёт	28 4			28
18	ИТОГО	108	6	6	92

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Лекционные занятия – 6 часов

Лекция №1. Тема: Развитие, социализация и воспитание личности. Ребенок в современном мире – 2 часа.

Развитие личности как педагогическая проблема. Сущность социализации и ее стадии. Факторы социализации и формирования личности. Воспитание и формирование личности. Самовоспитание в структуре процесса формирования личности. Ребенок в современном мире.

Изучение темы направлено на приобретение студентами знаний истории, теории, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества; основ законодательства о правах ребенка, законы в сфере образования и федеральные государственные образовательные стандарты общего образования; педагогических закономерностей организации образовательного процесса; основ методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; умений планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей; общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; формирование универсальных (УК-1, УК-3, УК-10) и общепрофессиональных (ПК-1) компетентностей.

Лекция №2. Тема: Гуманистические образовательные системы – 2 часа.

Педагогика М. Монтессори. Вальдорфская педагогика и специальное обучение. Педагогика сотрудничества.

Изучение темы направлено на приобретение студентами знаний истории, теории, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества; основ законодательства о правах ребенка, законы в сфере образования и федеральные государственные образовательные стандарты общего образования; педагогических закономерностей организации образовательного процесса; основ методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; умений планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей; общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; формирование универсальных (УК-1, УК-3, УК-10) и общепрофессиональных (ПК-1) компетентностей.

Лекция №3. Тема: Педагогический процесс как система и целостное явление – 2 часа.

Сущность целостного педагогического процесса. Педагогический процесс как единство и взаимосвязь обучения и воспитания. Основные компоненты педагогического процесса. Важнейшие закономерности, противоречия и принципы педагогического процесса.

Изучение темы направлено на приобретение студентами знаний истории, теории, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества; основ законодательства о правах ребенка, законы в сфере образования и федеральные государственные образовательные стандарты общего образования; педагогических закономерностей организации образовательного процесса; основ методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; умений планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей; общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; формирование универсальных (УК-1, УК-3, УК-10) и общепрофессиональных (ПК-1) компетентностей.

5.2.2 Содержание групповых занятий

Практические занятия – 6 часов.

Практическое занятие №1. Тема: Воспитание в целостном педагогическом процессе – 2 часа.

1.Воспитание как общественное явление. Особенности воспитательного процесса. Направления воспитания. Принципы воспитания.

2.Факторы, влияющие на развитие и воспитание человека. Формирование личности в воспитательном процессе. Формирование компонентов базовой культуры личности в трудах ученых.

3.Влияние средств массовой информации с точки воспитательного процесса.

4. Критерии оценки воспитательного процесса.

Опорный лист-схема, видеоанализ.

Литература основная: 2,3. Литература дополнительная: 4,8,10.

Изучение темы направлено на приобретение студентами знаний истории, теории, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества; основ законодательства о правах ребенка, законы в сфере образования и федеральные государственные образовательные стандарты общего образования; педагогических закономерностей организации образовательного процесса; основ методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; умений планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей; общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; формирование универсальных (УК-1, УК-3, УК-10) и общепрофессиональных (ПК-1) компетентностей.

Семинарское занятие №2. Тема: Педагогический процесс как единство и взаимосвязь обучения и воспитания – 2 часа.

1.Педагогический процесс: его структура, функции и движущие силы.

2. Педагогический процесс как система и целостное явление.

3. Этапы и условия построения целостного педагогического процесса.

4. Принципы педагогического процесса.

Опорный лист-схема, видеоанализ.

Литература основная: 2,3. Литература дополнительная: 3,4,6.

Изучение темы направлено на приобретение студентами знаний истории, теории, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества; основ законодательства о правах ребенка, законы в сфере образования и федеральные государственные образовательные стандарты общего образования; педагогических закономерностей организации образовательного процесса; основ методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; умений планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей; общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; формирование универсальных (УК-1, УК-3, УК-10) и общепрофессиональных (ПК-1) компетентностей.

Семинарское занятие №3. Тема: Педагогическое искусство и мастерство – 2 часа.

1.Педагогическое искусство и мастерство.

2.Педагогическое общение.

3.Педагогические способности.

4.Профессиональные педагогические умения «прикосновения к личности».

5. Эссе на тему: «Педагогическая профессия в 21 веке», «Новый век – новая педагогика», «Современный учитель-тренер!?» и др.

Опорный лист-схема, видеоанализ.

Литература основная: 1,3. Литература дополнительная: 2,4,9.

Изучение темы направлено на приобретение студентами знаний истории, теории, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества; основ законодательства о правах ребенка, законы в сфере образования и федеральные государственные образовательные стандарты общего образования; педагогических закономерностей организации образовательного процесса; основ методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; умений планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей; общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; формирование универсальных (УК-1, УК-3, УК-10) и общепрофессиональных (ПК-1) компетентностей.

6. Самостоятельная работа студентов

При изучении раздела студент самостоятельно готовится по следующим темам:

Содержание самостоятельной работы	**Форма контроля**	**Сроки контроля**
Работа с основной и дополнительной литературой	Устный опрос, зачёт,	по расписа-

	экзамен	нию учебных занятий
Подготовка к семинарским и лекционным занятиям	Устный, письменный опрос	по расписанию учебных занятий
Углубленное изучение следующих тем программы: Основные тенденции и направления развития педагогической науки. Педагогика как наука и / или искусство воспитания учащихся. Развитие, социализация и воспитание личности. Ребенок в современном мире. Возрастные и индивидуальные особенности развития. Семья в системе воспитания и социализации личности. Детский коллектив в процессе формирования личности. Образование и культура. Система образования и воспитания. Проблемы современного образования. Гуманистические образовательные системы. Методы педагогических исследований. Педагогический процесс как система и целостное явление. Воспитание в целостном педагогическом процессе. Обучение в целостном педагогическом процессе. Методы и средства целостного педагогического процесса. Формы организации целостного педагогического процесса. Педагогическое искусство и мастерство. Педагогическое общение.	Опрос	по расписанию учебных занятий
Подготовка к дифференцированному зачёту	Устный, письменный опрос	по расписанию
Всего – 92 часов		

При самостоятельном изучении отдельных тем рекомендуется воспользоваться следующими планом и списком литературы:

Тема. Педагогика как наука и / или искусство воспитания учащихся.
1.Педагогика как наука или искусство.
2.Выдающиеся педагоги разных времен.
3.Функции педагогики.
4.Связь педагогики с другими науками.
5.Структура современной педагогической науки.
6.К.Д. Ушинский в развитии педагогики

7.Л.Н. Толстой – народный учитель.

8.Современное общество и учитель.

Литература: основная: 2,3. Литература дополнительная: 2,5,10.

Тема: Развитие, социализация и воспитание личности. Ребенок в современном мире.

1. Движущие силы развития личности.

2. Процессы социализации.

3. Социализация, воспитание и развитие личности.

4. Обучение и развитие личности.

5. Факторы социализации и формирования личности.

6. Формирования личности и самовоспитание.

Литература основная: 2,3. Литература дополнительная: 4,7,9

Тема: Возрастные и индивидуальные особенности развития.

1.Возрастная периодизация.

2.Индивидуальные особенности в учебно-воспитательной работе

3. Коменский Я.А. «Великая дидактика»

Литература основная: 2,3. Литература дополнительная: 1,5,6,10.

Тема: Семья в системе воспитания и социализации личности.

1.Значение семейного воспитания для нормального развития ребёнка: современное состояние и перспективы.

2.Проблемы современных семей и пути их разрешения.

3.Особенности семейного воспитания.

4.Организация жизни ребенка в семье.

5. Взаимосвязь школы и семьи.

6.Содержание, формы психолого-педагогической помощи семье, пути коррекции и адаптации неблагополучного детства.

Литература основная: 2,3. Литература дополнительная: 1,4,7,6.

Тема: Детский коллектив в процессе формирования личности.

1.Личность и детский коллектив в современных условиях. Прогнозирование развития коллектива и выбор способов взаимодействия.

2.Основные пути формирования детских коллективов: совместная целенаправленная деятельность, система перспектив, традиции.

3.Разновозрастные объединения и их воспитательный потенциал. Позиция школьника в педагогическом процессе.

Литература основная: 2,3. Литература дополнительная: 1,2,3,5.

Тема: Методы педагогических исследований.

1. Организация исследования в педагогике. Методологические характеристики педагогического исследования.

2. Классификация методов педагогических исследований

3. Методологическая культура ученого и педагога-практика.

Литература основная: 2,3. Литература дополнительная: 5,6,9.

Тема: Педагогический процесс как система и целостное явление.

1.Педагогический процесс: его структура, функции и движущие силы.

2.Сущность педагогического процесса. Педагогический процесс как динамическая педагогическая система.

3.Компоненты педагогического процесса.

4.Исторические предпосылки научных представлений о педагогическом процессе как целостном явлении.

5.Понятие «педагогический процесс». Этапы и условия построения целостного педагогического процесса.

6. Принципы педагогического процесса.

Литература основная: 2,3. Литература дополнительная: 3,4,6.

Тема: Воспитание в целостном педагогическом процессе.

1.Воспитание как общественное явление.

2.Особенности воспитательного процесса.

3.Факторы, влияющие на развитие и воспитание человека. Формирование личности в воспитательном процессе.

4.Влияние средств массовой информации с точки воспитательного процесса.

5. Критерии оценки воспитательного процесса.

6. Формирование компонентов базовой культуры личности. Д.Б. Кабалевский и В.А. Сухомлинский.

7. Направления воспитания.

8. Принципы воспитания.

Литература основная: 2,3. Литература дополнительная: 4,8,10.

Тема: Обучение в целостном педагогическом процессе.

1.Обучение как способ организации педагогического процесса. Сущность процесса обучения. Виды обучения.

2.Обучение и формирование личности. Функций процесса обучения.

3.Развивающее обучение – Л.В. Занков, В.В. Давыдов – Д.Б. Эльконин.

4. Структура деятельности учителя и учащихся.

5. Современный и традиционный подходы к обучению.

6. Принципы обучения.

Литература основная: 2,3. Литература дополнительная: 1,3,9.

Тема: Методы и средства целостного педагогического процесса.

1.Педагогическое общение в целостном педагогическом процессе

2.Основные методы в целостном педагогическом процессе. Проблема выбора методов воспитания и обучения.

3.Основные средства целостного педагогического процесса.

4.Понятие метода воспитания. Система методов воспитания.

5.Методы стимулирования

6. Методы формирования сознания

7.Методы организации деятельности

8 Классификация методов обучения

9.Функции методов обучения

10.Средства обучения и воспитательного процесса.

11.Технические средства обучения.

Литература основная: 1,2,3. Литература дополнительная: 1,5,7.

Тема: Формы организации педагогического процесса.

1. Организация учебного процесса. Я.А. Коменский и С.Т. Шацкий.

2.Отличительные особенности семинарских, практических занятий и экскурсий в школе.

3.Системы организационного оформления педагогического процесса.

4.Структура и требования к современному уроку.

5.Формы организации педагогического процесса в опыте учителей-новаторов.

Литература основная: 1,3. Литература дополнительная: 2,4,9.

Тема: Педагогическое искусство и мастерство.

1. Педагогическое искусство и мастерство.

2.Педагогическое общение.

3.Педагогические способности.

4.Профессиональные педагогические умения «прикосновения к личности».

5. Эссе на тему: «Педагогическая профессия в 21 веке», «Новый век – новая педагогика», «Современный учитель-тренер, каков он?» и др.

Литература основная: 1,3. Литература дополнительная: 2,4,9.

Тема: Педагогическое общение.

1.Педагогическое общение и педагогическая деятельность. Педагогическое взаимодействие.

2.Общение и развитие личности.

3.Стили педагогического общения.

4.Условия и технологические приемы установления педагогически целесообразных взаимоотношений.

5. Коллективные творческие дела.

Литература основная: 2,3. Литература дополнительная: 4,6,7.

Примерная тематика рефератов:

1. Сотрудничество в обучении.
2. Формирование готовности к самообразованию в процессе школьного обучения и воспитания.
3. Педагогика творчества и новаторства.
4. Исследовательская деятельность школьников.
5. Частные школы как вид альтернативной школы.
6. Методы семейного воспитания.
7. Самовоспитание личности трудновоспитуемого подростка.
8. Вклад К. Д. Ушинского в развитие педагогики
9. Педагогическое мастерство
10. Роль школы и семьи в воспитании подрастающего поколения
11. Дистанционная форма обучения: особенности и перспективы
12. Система воспитания от первобытного общества до настоящего дней
13. Современная система образования: роль мультимедийных технологий
14. Воспитание любви к труду в образовательных учреждениях

15. Гуманистические взгляды В. А. Сухомлинского на процесс воспитания и образования.
16. Педагогические труды и деятельность А.С. Макаренко.
17. Сущность духовно-нравственного воспитания в семье.
18. Влияние компьютерных технологий на эффективность познавательного процесса и обучения.
19. Комплексный подход к воспитанию и обучению детей с физическими недостатками.
20. Оказание педагогической помощи детям из проблемных семей.
21. Основы коррекционного обучения.
22. Новаторские идеи в педагогике.
23. Педагогические взгляды С. Т. Шацкого.
24. Педагогические взгляды Л. Н. Толстого.
25. Педагогические взгляды Н. И. Пирогова.
26. Педагогическая этика: сущность и значение.
27. Я. А. Коменский как великий деятель педагогической науки.
28. Конфликтные ситуации в педагогике и пути выхода из них.
29. Воспитание любви к природе в образовательных учреждениях.
30. Образование будущего: трудности и перспективы.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-1	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» A/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение ПС «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» A/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной про-	*знать:* историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества; педагогические закономерности организации образовательного процесса; *уметь:* планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; анализировать ход и результаты проведенных занятий для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; анализировать проведение учебных занятий и организацию самостоятельной работы обучающихся, вносить коррективы в рабочую программу, план изучения учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), образовательные технологии, задания для самостоятельной работы, собственную профессиональную деятельность; *иметь опыт:* планирования и проведения учебных занятий; текущего контроля, помощи обучающимся в коррекции деятельности и поведения на заня-

	граммы ПС «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования» А/01.6 Организация учебной деятельности обучающихся по освоению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ профессионального обучения, СПО и (или) ДПП	тиях; текущего контроль, оценки динамики подготовленности и мотивации обучающихся в процессе изучения учебного предмета, курса, дисциплины (модуля).
УК-3	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» А/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение ПС «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» А/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы ПС «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования» А/01.6 Организация учебной деятельности обучающихся по	*знать:* основы методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; педагогические закономерности организации образовательного процесса; объективные связи обучения, образования, воспитания и развития личности в социуме; правила ведения групповой дискуссии; функции и средства общения; *уметь:* общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач; на основе единых научно - методических подходов взаимодействовать с коллегами (педагогами и психологами); управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; организовывать групповую дискуссию, продуктивно участвовать в ней; самостоятельно искать и анализировать научную литературу, в том числе находящуюся в электронных библиотеках, актуальные статьи в научных журналах, в том числе электронных; владеть ИКТ-компетентностями; анализировать реальное состояние дел в учебной группе, поддерживать в детском коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; *иметь опыт:* владения различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности; самостоятельной постановки проблемы, формулировки задачи, поиска информации, анализа информации, творческого выполнения заданий, организации и продуктивного участия в групповых дискуссиях

	освоению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ профессионального обучения, СПО и (или) ДПП	
УК-10	ПС «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» А/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы	*знать:* техники и приемы общения (слушания, убеждения) с учетом возрастных и индивидуальных особенностей собеседников; основы эффективного педагогического общения, законы риторики и требования к публичному выступлению; *уметь:* сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач; взаимодействовать с членами педагогического коллектива, представителями профессионального сообщества, родителями (законными представителями) обучающихся (для дополнительных общеобразовательных программ), иными заинтересованными лицами и организациями при решении задач обучения и (или) воспитания отдельных обучающихся и (или) учебной группы с соблюдением норм педагогической этики; *иметь опыт:* создания, поддержания уклада, атмосферы и традиций жизни образовательной организации.
ПК-1	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» А/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение ПС «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» А/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы ПС «Педагог профессионального обуче-	*знать:* историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных (педагогических) систем, роль и место образования в жизни личности и общества; принципы и приемы представления дополнительной общеобразовательной программы; педагогические закономерности организации образовательного процесса; законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; *уметь:* осуществлять деятельность, соответствующую дополнительной общеобразовательной программе; выполнять деятельность и (или) демонстрировать элементы деятельности, осваиваемой обучающимися, и (или) выполнять задания, предусмотренные программой учебного предмета, курса, дисциплины (модуля); разрабатывать и реализовывать индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные программы развития и индивидуально-ориентированные образовательные программы с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся; использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно- исторический, деятельностный и развивающий; *иметь опыт:* планирования и проведения учебных занятий; организации, в том числе стимулирование

	ния, профессионального образования и дополнительного профессионального образования» А/01.6 Организация учебной деятельности обучающихся по освоению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ профессионального обучения, СПО и (или) ДПП	и мотивация деятельности и общения обучающихся на учебных занятиях; проведения учебных занятий по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям) образовательной программы; осуществление профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования; реализации современных, в том числе интерактивных, форм и методов воспитательной работы, используя их как на занятии, так и во внеурочной деятельности.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль знаний студентов: опрос устный (групповой или индивидуальный), проверка выполнения письменных домашних заданий, проведение контрольных работ, тестирование (письменное или компьютерное), проведение коллоквиумов в письменной или устной форме, контроль самостоятельной работы студентов в письменной или устной форме.

Форма итогового контроля – дифференцированный зачёт.

7.2.2. Вопросы к коллоквиуму

Коллоквиум №1

Тема: Семья в системе воспитания и социализации личности

1. Задачи семьи, принципы семейного воспитания.
2. Стили семейного воспитания
3. Правила общения с ребенком, Ю.Б. Гиппенрейтер
4. Ошибки родителей в воспитательном процессе.

Коллоквиум №2

Тема: Педагогический процесс как система и целостное явление

1. Компоненты педагогического процесса.
2. Этапы педагогического процесса.
3. Принципы педагогического процесса.
4. Педагогический процесс в трудах П.Ф. Каптерева, И.Ф. Гербарта, К.Д. Ушинского и т.д.

7.2.3. Тестовые задания по дисциплине

Задание № 1

Педагогическая деятельность – это …

Варианты ответа

1. уровень и вид профессионально-педагогической подготовленности
2. вид профессиональной деятельности, содержанием которой является обучение, воспитание, образование, развитие обучающихся
3. обусловленная природными особенностями устойчивая система задач, способов и тактик деятельности
4. единство теоретической и практической готовности педагога

Задание № 2

Под педагогической компетентностью учителя понимают …

Варианты ответа

1. склонность, вырастающую из осознания личностью своей способности к педагогической деятельности
2. систему доминирующих мотивов: интересов, потребностей, склонностей, побуждающих к профессиональной деятельности
3. вид социальной деятельности, направленной на передачу от старших поколений младшим накопленных человечеством культуры и опыта
4. единство теоретической и практической готовности к осуществлению педагогической деятельности

Задание № 3

Соотнесите основные понятия дидактики и их характеристики

1. Обучение
2. Преподавание
3. Учение

Варианты ответа

А. познавательная деятельность обучаемых, направленная на овладение суммой знаний, умений и навыков, способов учебной деятельности

Б. процесс усвоения и активного воспроизведения человеком социального опыта

В. специально организованный, управляемый процесс взаимодействия учителей и учеников, направленный на усвоение знаний, умений и навыков

Г. упорядоченная деятельность педагога по реализации цели обучения и обеспечения информирования, осознания и практического применения знаний учащимися

Задание № 4

Установите соответствие между группами методов и методами, входящими в их состав:

1. Словесные
2. Наглядные
3. Практические

Варианты ответа

А. иллюстрация, демонстрация

Б. рассказ, беседа, объяснение

В. наблюдение, эксперимент, анкетирование

Г. упражнение, лабораторная работа, метод проектов

Задание № 5

Основная форма организации учебного процесса, при которой в рамках точно установленного времени учитель занимается с классом по твердому расписанию, используя разнообразные методы и средства обучения, называется …

Варианты ответа

1. школой
2. семинаром
3. уроком
4. учебным годом

Задание № 6

Наука, предметом изучения которой является народная педагогика, закономерности становления и развития традиционных культур воспитания, называется …

Варианты ответа

1. культурологией
2. андрагогикой
3. этнопедагогикой
4. социальной педагогикой

Задание № 7

Следование принципу ____ обязывает педагога создавать такие условия воспитания, которые обеспечивают расширение опыта воспитуемых, их успешную адаптацию к жизни.

Варианты ответа

1. воспитания в коллективе и через коллектив
2. уважения к личности ребенка в сочетании с разумной требовательностью к нему
3. связи воспитания с жизнью
4. единства требований школы, семьи, общества

Задание № 8

Наказание как метод воспитания может быть реализовано …

Варианты ответа (укажите не менее двух вариантов ответа)

1. словесным оскорблением достоинства воспитанника
2. наложением на воспитанника дополнительных обязанностей
3. выражением моральных порицаний и осуждений
4. физическим воздействием на воспитанника

Задание № 9

Личностные ресурсы семьи, определяющие содержание и особенности семейного воспитания, включают …

Варианты ответа (укажите не менее двух вариантов ответа)

1. состав семьи
2. условия жизни

3. характеристики старших членов семьи

4. имущественные характеристики

Задание № 10

Эффективность педагогической технологии зависит от …

Варианты ответа (укажите не менее двух вариантов ответа)

1. актуальности технологии

2. частоты применения

3. учета особенностей класса и педагога

4. распоряжений директора школы

Задание № 11

Контроль, который осуществляется после изучения темы, раздела и имеет целью систематизацию знаний, называется …

Варианты ответа

1. периодическим

2. итоговым

3. текущим

4. тематическим

Задание № 12

К преимуществам технологии проблемного обучения относятся …

Варианты ответа (укажите не менее двух вариантов ответа)

1. формирование способности к самостоятельному добыванию знаний

2. обеспечение прочных результатов обучения

3. значительные затраты времени на достижение результатов

4. четкая управляемость познавательной деятельностью учащихся

Задание № 13

Педагогический эксперимент включает …

Варианты ответа (укажите не менее двух вариантов ответа)

1. массовый сбор материала с помощью специально разработанных опросных листов

2. преднамеренное внесение изменений в педагогический процесс

3. выявление и анализ мнений, полученных от разных людей

4. глубокий качественный анализ и количественное измерение результатов педагогического процесса

Задание № 14

К дополнительным формам организации обучения относятся …

Варианты ответа (укажите не менее двух вариантов ответа)

1. домашняя работа

2. объяснение

3. экскурсия

4. урок

Задание № 15

Современная трактовка принципа _____ исходит из того, что воспитание должно согласовываться с общими законами развития природы и человека, формировать у него ответственность за эволюцию ноосферы и самого себя.

Варианты ответа

1. культуросообразности
2. ориентации на развитие личности
3. природосообразности
4. личностного подхода

Задание № 16

Установите соответствие между структурными составляющими педагогического процесса и их характеристиками.

1. Целевой компонент
2. Содержательный компонент
3. Деятельностный (организационно-управленческий) компонент
4. Результативный компонент

Варианты ответа (укажите соответствие для каждого нумерованного элемента задания)

А. отражает смысл, вкладываемый как в общую цель, так и в каждую конкретную задачу.

Б. взаимодействие педагогов и воспитуемых, их сотрудничество, организация и управление процессом.

В. включает всё многообразие целей и задач педагогической деятельности.

Г. отражает эффективность протекания процесса, характеризует достигнутые сдвиги в соответствии с поставленной целью.

Задание № 17

К критериям технологичности педагогической технологии относятся …

Варианты ответа (укажите не менее двух вариантов ответа)

1. авторитарность
2. использование обучающих компьютерных программ
3. системность
4. концептуальность

Задание № 18

Важнейшими критериями педагогического проектирования являются …

Варианты ответа (укажите не менее двух вариантов ответа)

1. оптимальность
2. технологичность
3. авторитарность
4. целесообразность

Задание № 19

Недостаток внимания к детям со стороны родителей – это …

Варианты ответа

1. гипопротекция
2. гиперпротекция
3. педагогическая несостоятельность
4. эмоциональное отвержение

Задание № 20

В зависимости от степени и глубины выделяют такие стадии социальной дезадаптации, как …

Варианты ответа (укажите не менее двух вариантов ответа)

1. ресоциализация
2. педагогическая запущенность
3. патогенная дезадаптация
4. социальная запущенность

Задание № 21

Учитель биологии разработал и апробировал программу модульного обучения для учащихся 10 класса. В рамках изучения каждой темы учащиеся работали с модулем, который включал точно сформулированную учебную цель; банк информации (собственно учебный материал); методическое руководство по достижению целей; практические занятия по формированию необходимых умений; контрольную работу, которая строго соответствовала целям, поставленным в данном модуле. Результаты реализации модульного курса позволили утверждать, что у учащихся повысились как мотивация обучения, так и уровень усвоения учебного материала по предмету в целом. При этом многие учащиеся первоначально испытывали сложности в планировании и организации самостоятельной деятельности, самооценке ее результатов. Для решения этих проблем учителем были разработаны памятка ученику для работы с модулем, внедрена систем рейтингового оценивания, осуществлен подбор средств обучения, позволяющих максимально индивидуализировать работу по модулю.

Контрольная работа по учебному модулю относится к методам _____ контроля в обучении.

Варианты ответа

1. лабораторно-практического
2. программированного
3. устного
4. письменного

Задание № 22

Шестиклассник Миша – единственный ребенок в семье. Дома все вопросы его жизни решают бабушка и мама. В классе он часто невнимателен и необязателен. Последний случай возмутил всех одноклассников: класс долго готовился к школьному конкурсу сказок, роль ведущего – Волшебника – поручили Мише. Он с увлечением репетировал вместе со всеми, но в день выступления не пришел. Участие класса в конкурсе оказалось под угрозой, в спектакле срочно произвели замену. «Бабушку забыл предупредить, чтобы разбудила – вот и проспал!» – смущенно оправдывался Миша на следующий день. Возмущенные одноклассники высказали все, что думали о его поступке. Миша был очень расстроен. На следующий день он подошел к классной руководительнице и молча протянул листок бумаги. На нем было написано «План моего самовоспитания».

Стиль семейного воспитания, который характеризуется стремлением родителей окружать ребенка повышенным вниманием, постоянно

удерживать около себя, контролировать и регламентировать поведение ребенка в каждой ситуации, называется …

Варианты ответа

1. гипопротекцией
2. тревожно-мнительным воспитанием
3. гиперсоциализирующим воспитанием
4. гиперопекой

Задание № 23

Шестиклассник Миша – единственный ребенок в семье. Дома все вопросы его жизни решают бабушка и мама. В классе он часто невнимателен и необязателен. Последний случай возмутил всех одноклассников: класс долго готовился к школьному конкурсу сказок, роль ведущего – Волшебника – поручили Мише. Он с увлечением репетировал вместе со всеми, но в день выступления не пришел. Участие класса в конкурсе оказалось под угрозой, в спектакле срочно произвели замену. «Бабушку забыл предупредить, чтобы разбудила – вот и проспал!» – смущенно оправдывался Миша на следующий день. Возмущенные одноклассники высказали все, что думали о его поступке. Миша был очень расстроен. На следующий день он подошел к классной руководительнице и молча протянул листок бумаги. На нем было написано «План моего самовоспитания».

Установите последовательность этапов технологии организации самовоспитания.

Варианты ответа (укажите порядковый номер для всех вариантов ответов)

А. практическая помощь учащимся в разработке программ самовоспитания и их реализации

Б. формирование мнения ученического коллектива о необходимости и пользе самовоспитания

В. организация оценки и самооценки результатов самовоспитания

Г. оказание помощи учащимся в уяснении сущности самовоспитания, его методов и путей осуществления

7.2.4. Вопросы к дифференцированному зачёту

1. Педагогика как наука и / или искусство воспитания. Выскажите свою точку зрения и докажите ее правильность. Задачи педагогической науки. Связь педагогики с другими науками.
2. Понятийно-категориальный аппарат педагогики.
3. Методы педагогического исследования.
4. Общая характеристика педагогической профессии.
5. Педагогический процесс как система и целостное явление.
6. Охарактеризуйте компоненты педагогического процесса.
7. Этапы педагогического процесса.
8. Принципы педагогического процесса.
9. Обучение в целостном педагогическом процессе.

10. Деятельность учителя и учащихся в процессе обучения.
11. Виды обучения и их характеристика.
12. Образование как социальный феномен. Образование как педагогический процесс.
13. Проблемы современного образования.
14. Самовоспитание – высший этап педагогического процесса.
15. Развитие, социализация и воспитание личности.
16. Учебно-воспитательный коллектив.
17. Воспитание в целостном педагогическом процессе.
18. Понятие воспитания как общественного явления. Единство воспитания и жизни.
19. Воспитательный процесс.
20. Направления воспитания.
21. Семья в системе воспитания и социализации личности
22. Методы осуществления целостного педагогического процесса.
23. Методы воспитания.
24. Методы обучения.
25. Формы организации педагогического процесса.
26. Перспективы развития школы и педагогической науки.
27. Роль детства в последующем развитии человека.
28. Развитие и воспитание. Факторы, обуславливающие развитие человека.
29. Ребенок в современном мире.
30. Педагогическое искусство и мастерство.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Рекомендуемая литература (основная):

1.Коджаспирова, Г. М. Общие основы педагогики: учебник для академического бакалавриата / Г. М. Коджаспирова. — Москва: Изда-тельство Юрайт, 2019. — 151 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-04163-7. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/438792

2.Сластенин, В. А. Педагогика: учебное пособие/В. А. Сластенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов. - М: Академия, 2002. -567с.

3.Смирнов, С. Д. Психология и педагогика в высшей школе: учебное пособие для вузов / С. Д. Смирнов. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 352 с. — (Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-08294-4. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/434305.

Рекомендуемая литература (дополнительная):

1.Ахметова, Д.З. Теория и методика воспитания: учебное пособие / Д.З. Ахметова, В.Ф. Габдулхаков. – Казань: Познание, 2007. – 184 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=258024 . – ISBN 978-5-8399-0223-7. – Текст: электронный.

2.Джуринский, А.Н. История педагогики и образования [Текст]: учебник для бакалавров / А.Н. Джуринский. - 2-е изд.- Москва, 2011. - 675 с.
3.Еремина, Л.И. Теория обучения: учебно-методическое пособие / Л.И. Еремина. – Ульяновск: УлГПУ, 2010. – 82 с.: табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: http: // biblioclub.ru/278062 – ISBN 978-5-86045-393-7. – Текст: электронный.
4.Князева, В.В. Основы педагогики [Текст]: учебное пособие / В.В. Князева. – Смоленск, 2010. – 169 с. -12 экз.
5.Князева, В.В. Педагогические основы воспитательной деятельности в области физической культуры и спорта [Текст]: учебное пособие / В.В. Князева. – Смоленск, 2023. – 405 с.
6.Педагогика [Текст]: учебное пособие для бакалавров / ред. П.И. Пидкасистый. - 3-е изд. - Москва: Юрайт, 2012. – 511 с.
7.Педагогика. Педагогические теории, системы, технологии [Текст]: учебник / под ред. С.А. Смирнова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, 2004. - 512 с.
8.Рыжов, В.Н. Дидактика: учебное пособие / В.Н. Рыжов. – Москва: Юнити, 2015. – 318 с. – (Среднее профессиональное образование: Педагогика). – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=119006 . – ISBN 5-238-00699-3. – Текст: электронный.
9.Селиванов, В. С. Основы общей педагогики: теория и методика воспитания [Текст]: учебное пособие / под ред. В.А. Сластенина. - 4-е изд., стер. - Москва: Академия, 2005. - 336 с. - (Высшее профессиональное образование).
10.Сластенин, В. А. Педагогика: учебник / В. А. Сластенин. – М.: Академия, 2007. – 576 с.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

Интернет-источники:

1. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
2. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com
3. Сайт Смоленской государственной академии физической культуры, спорта и туризма - hhttp://sgafkst.ru/
4. Федеральный портал «российское образование» [Электронный ресурс]: - Режим доступа: http://www.edu.ru

Электронные библиотеки:

1. Библиотека Российской академии наук [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rasl.ru
2. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru

3. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://elibrary.ru/defaultx.asp
4. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.rsl.ru
5. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://nlr.ru
6. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://sportfiction.ru
7. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
8. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://lib.rucont.ru/search

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы с основной и дополнительной литературой, её активную мыслительную проработку.

На лекционных занятиях выносятся наиболее общие теоретические вопросы, которые обеспечивают целостное понимание основных закономерностей развития педагогической культуры, закладываются научные и методологические основы для дальнейшей самостоятельной исследовательской работы студентов.

Практические занятия являются естественным продолжением освоения студентами дисциплины на лекциях и предполагают углубленное изучение отдельных педагогических проблем на основе самостоятельной проработки материалов первоисточников. В основу организации положены принципы гуманизации, вариативности, комплексности, проблемности, целостности, компетентности.

Содержание и формы проведения практических занятий позволяют решить задачи: пробуждения интереса к изучению историко-педагогического наследия; выработки умения анализировать педагогическую литературу; формирования профессионально-личностной позиции по отношению к историко-педагогическому наследию прошлого и современности. Практические занятия способствуют осмыслению ведущих педагогических идей, теорий, систем, направлений, формированию аналитических умений на основе сравнительных характеристик различных педагогических концепций и моделей.

Критерии подготовленности студентов к практическому занятию: знание темы, рекомендованной основной и дополнительной литературы, точное и правильное конспектирование первоисточников в соответствии с планом и предлагаемыми вопросами для обсуждения; подготовка по каждому вопросу плана и выбор проблемы для развернутого индивидуального выступления или обобщения материалов; психологическая готовность каждого студента к выступлению и участию в общей дискуссии.

Подготовка к практическим занятиям строится на основе самостоятельной работы студентов с учебниками, учебными пособиями, материалами хрестоматий и первоисточниками. При этом выделяются различные формы записей результатов анализа, изучаемых статей, работ и других материалов, используемых для выполнения поставленных учебных задач.

Составление плана предполагает выделение студентом структуры и общей логики работы, что способствует более углубленному пониманию текста, систематизации и обработке изучаемого материала. План статьи или какой-либо работы представляет собой своеобразный перечень основных мыслей, идей, их оглавление. Для составления плана следует разделить текст на части, каждая из которых должна охватывать определенную проблему или вопрос. Затем необходимо озаглавить каждый пункт плана и пронумеровать заголовки. Эта система работы с текстом представляет собой простой план. Если каждый пункт плана разбивается на частные вопросы и подзаголовки, то результатом является сложный план. При составлении плана особенно важно выделять основные мысли или идеи автора, располагать их в логическом порядке и подбирать соответствующие заголовки к выделенным частям. Планы приобретают особую значимость при подготовке устных выступлений на основе анализов текстов и материалов.

Тезисы представляют собой кратко сформулированные основные положения статьи, работы, книги. Если план перечисляет вопросы, не раскрывая их, то тезисы, кратко передавая содержание материала, расшифровывают основные идеи и мысли автора. Составление тезисов требует определенных умений, среди которых наиболее важным является способность к обобщению и систематизации идей и мыслей, сформулированных в работе.

При составлении тезисов необходимо освоить прочитанный материал, осознать основные положения и логику их изложения, разбить материал на части и в краткой форме расшифровать каждый структурный раздел. Возможна нумерация тезисов. Тезисы подразделяются на текстуальные (цитатные) и свободные. При составлении свободных тезисов особенно важно придерживаться стиля и терминологии автора для более точной передачи сути текста. При цитировании необходимо обязательно указать авторство цитаты, название работы, издательство, год издания и страницу, откуда взята цитата.

Выписки являются дополнением к тезисам. Поскольку тезисы не содержат ни объяснений, ни доказательств, то выписки позволяют дополнить тезисы фактами и аргументами. Выписки делают, как правило, на отдельных карточках. Текст выписки берется в кавычки, полностью указывается источник. При составлении выписок и ведении записей рекомендуется использовать красную строку.

Конспект – один из основных видов работы с первоисточниками, представляет собой краткий очерк, обзор, изложение материала и включает основные мысли и идеи работы, изложенные в порядке их взаимосвязи. Конспектирование текстов проводится после их тщательного анализа и полного

изучения (прочтения). Конспектирование способствует логизации мышления студентов, позволяет научиться точному и краткому выражению мыслей.

При конспектировании немаловажно делать определенные записи и пояснения, отражающие собственное отношение к тем или иным идеям и мыслям, высказанным в тексте; возможна формулировка возникающих по мере конспектирования вопросов и замечаний.

Реферат – этап самостоятельной учебной работы студента по усвоению научной информации, приобщение к научному исследованию. Написание реферата целесообразнее начинать с изучения и конспектирования предложенной литературы. После конспектирования источников и глубокого их изучения можно приступить к написанию реферата, который может быть трех видов:

1. Критическая рецензия на педагогическое произведение или цикл взаимосвязанных работ и включает в себя: оценку актуальности рецензируемой работы; краткое изложение теоретической позиции автора рецензируемой работы и критический ее анализ; доказательства личной позиции по данной проблеме и выводы.

2. Аналитический обзор по проблеме построен в виде изложения истории изучаемого вопроса и опыта его реализации на современном этапе. Анализ и сопоставление работ должен дать представления студентам об прогрессивных авторских концепциях и видении ее применения на современном этапе.

3. Критический анализ дискуссии представляет собой глубокое изучение противостоящих точек зрения по какому-либо педагогическому вопросу. Для этого требуется проанализировать теоретические положения, выдвигаемые различными сторонами и сформулировать личностное отношение к выявленному противоречию, а также наметить пути решения данной проблемы.

Критериями качественно выполненной работы являются следующие:

1) правильно оформленная работа – составлен план (с введением, в котором дается обоснование актуальности; теоретической основной частью, в которой раскрывается главное содержание темы; заключением, где представлены выводы и рекомендации), указана библиография, грамотно сделаны ссылки на используемые литературные источники;

2) теоретический материал должен опираться на авторские работы, имеющие практические выводы, т.е. следует показать, как идеи того и ли иного педагога послужили дальнейшему развитию педагогических теорий, педагогического опыта, современной педагогики.

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам педагогики, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.
2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

[*]*Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*
Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3.Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система

9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

КЕЙС-ЗАДАНИЯ

Задание 1. Какие из перечисленных закономерностей обучения относятся к внешним, а какие к внутренним?

Социальная обусловленность целей, содержания и методов обучения; зависимость его развития от способа разрешения основного противоречия между познавательными или практическими задачами и наличным уровнем необходимых для их решения знаний, умений и навыков учащихся, умственного развития; воспитывающий и развивающий характер последнего; отношение между взаимодействием учителя и ученика и результатами обучения; обучение всегда осуществляется в общении и основывается на вербально-деятельностном подходе; подчиненность результативности обучения способам управления процессом последнего и активности самого ученика; зависимость результатов обучения от особенностей взаимодействия обучающегося с окружающим миром; задачная и структура, то есть при успешном решении одной учебной задачи и постановке следующей ученик продвигается от незнания к знанию, от знания к умению, от умения — к навыку.

Задание 2. Укажите те особенности и признаки, которые присуще классно-урочной системе обучения, допишите недостающие:

для всех учащихся занятия начинаются строго по расписанию в заранее определенные часы дня;

основной единицей дидактического цикла и формой организации обучения является урок (занимающий 45 минут);

урок, как правило, посвящен одному учебному предмету, и все учащиеся работают под руководством учителя;

класс — это основная организационная форма объединения учащихся приблизительно одного возраста и уровня подготовки (как правило, состав класса почти не изменяется);

класс работает по единому учебному плану и программам согласно школьному расписанию учебных занятий;

учебный год заканчивается итоговой отчетной работой (экзаменом или контрольной) по каждой учебной дисциплине;

обучение в школе заканчивается сдачей выпускных экзаменов.

Задание 3. Укажите те особенности и признаки, которые присуще лекционно-практической системе обучения, допишите недостающие:

совокупность учебных групп представляет определенный курс обучения в вузе;

лекция — это основная форма передачи большого объема систематизированной информации как ориентировочной основы для самостоятельной работы студентов (занимает 90 минут);

практическое занятие — это форма организации детализации, анализа, расширения, углубления, закрепления, применения и контроля за усвоением полученной учебной информации (на лекции и в ходе самостоятельной работы) под руководством преподавателя вуза;

учебная группа — это центральная форма организации студентов (постоянный состав которой, как правило, сохраняется на весь период обучения);

курс работает по единому учебному плану и программам согласно расписанию учебных занятий;

обучение в вузе завершается сдачей выпускных экзаменов по ведущим дисциплинам и специальности.

Задание 4. Соотнесите названия видов обучения и цель, сущность; допишите недостающие. Выделите сильные и слабые стороны видов обучения.

виды обучения	цель, сущность
проблемное обучение	в основе лежит кибернетический подход, согласно которому обучение рассматривается как сложная динамическая система
программированное обучение	учитель и учащиеся работают с учебной информацией, представленной в виде модулей
модульное обучение	раскрывается через постановку (учителем) и разрешение (учеником) проблемного вопроса, задачи и ситуации

Задание 5. Укажите особенности стилей обучения, допишите недостающие.

стили обучения	особенность стиля
репродуктивный стиль обучения	
творческий стиль обучения	
эмоционально-импровизационный стиль	
рассуждающе-методичный стиль	

Приложение Б

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ЗАДАЧИ

Задачи по педагогической диагностике.

Задача 1. На выявление жизненной позиции студенческой молодежи.

Студентам предложили принять участие в составлении «джентльменского набора» — списка качеств своего ровесника через газету «Алые паруса». На ее страницах был предложен ряд вопросов. Часть из них состояла в том, чтобы закончить предложение:

• Какие качества характеризуют современного человека?

• Кого можно сегодня назвать «джентльменом»?

• Как вы прокомментируете шутку англичан, что «джентльмен — это тот, кто кошку назовет кошкой, даже если на нее наступит»?

• Больше всего я ценю в человеке...

• Считаете ли вы себя современным человеком? А джентльменом? Почему?

Вопросы и задания:

1.Дайте свой вариант ответов на все предложенные вопросы.

2.Какой из задаваемых вопросов вы считаете наиболее важным для понимания жизненной позиции современного молодого человека?

Задача 2. На выявление характера взаимоотношений среди ребят классного коллектива и их нравственной готовности к принятию справедливых и самостоятельных решений.

Классу предложили помочь в подготовке первого этажа школы к школьному празднику. При этом было выделено 4 основных задания: 1) вымыть пол, 2) аккуратно расставить столы и стулья, 3) стереть пыль с мебели и полить цветы, 4) подготовить и привести в порядок материалы для выставки, разложив все отобранные экспонаты. Расставить мебель нетрудно, но это можно сделать только в последнюю очередь — после окончания уборки. Значит тем, кто готовит выставку, придется задержаться дольше остальных. Вытереть пыль и полить цветы — самая непродолжительная и легкая работа, а отбор и систематизация материалов для выставки потребуют времени, кропотливости, внимания и вкуса.

Разъяснив все моменты работы, воспитатель кладет на стол четыре листка бумаги (по количеству заданий) и просит класс разделиться на бригады и выбрать вид работы самим. Затем он отвлекается, делая вид, что занят своим делом, и наблюдает за ходом распределения участков работы и за делением на бригады.

Вопросы и задания:

1. В чем ценность данного приема организации деятельности?

2. Какие аспекты воспитания решались в данной ситуации?

3. Каково место педагога в ситуации? Проанализируйте его позицию.

4. Для какого возраста подобная форма организации деятельности в коллективе будет более эффективна?

Задача 3. «Пропала ручка».

Работая с первым классом, учительница заметила, что у ребят пропадает то одна, то другая вещь. Это вызвало тревогу в классе, зазвучали жалобы, стала развиваться атмосфера подозрительности и недоверия. Учительнице необходимо было пресечь пропажи и найти того, кто присваивает чужое. Она поставила перед собой задачу — используя психологические особенности младшего школьного возраста, создать ситуацию, в которой воришка, соблазнившийся чужим, прямо или косвенно выдал бы себя. Младший школьник обычно наивен, непосредствен, доверяет словам и указаниям педагога, легко внушаем, а также склонен к самовыявлению сущности именно в совместных делах.

Способ решения. Учительница раздала ученикам по спичке и попросила, чтобы они положили ее на одну ладонь и прикрыли другой ладонью. После этого уверенно и громко сказала, что очень скоро спичка вырастет у того, кто взял чужую ручку. Для проверки она принялась подходить к каждому и просила показать его спичку. Подойдя к Коле, обнаружила, что его спичка сломана.

— Почему у тебя спичка сломана? — спросила учительница.

— Я ее поломал, чтобы она не росла, — ответил мальчик. Так был выявлен тот, кто брал чужие вещи. Учительница объяснила малышу, что нельзя без разрешения брать чужое, так как это сразу будет обнаружено. С тех пор вещи в классе перестали пропадать.

Вопросы и задания:

1. Выделите в тексте момент, раскрывающий психологический аспект решения педагогической задачи.

2. Как бы вы поступили на месте педагога в подобных обстоятельствах? Предложите свой вариант решения задачи.

Задача 4. «Что делает нас людьми?»

Выберите из предлагаемого списка те свойства, которые характерны для человека, и запишите их в левый столбец, а те, что присущи животным, — в правый.

1. Может жертвовать собой для других.
2. Действует согласно инстинкту.
3. Обладает чувством времени.
4. Никогда не пожертвует пищей.
5. Способен на глубокую привязанность.
6. Ищет высшее понимание истины.
7. Его отличает чувство ответственности.
8. Сам решает, как себя вести.
9. Нанося другому вред, не чувствует вину или стыд.
10. Может отложить исполнение своих желаний, если это мешает другому.
11. Способен выражать себя через искусство.
12. Чувствует потребность в свежем воздухе, тепле.
13. Может плавать, бегать, лазать.
14. Может мечтать и оценивать красоту.

Задача 5. О взаимоотношениях, интересах, увлечениях в семье школьника. Из материалов школьных сочинений.

Пятиклассники написали сочинение по рисункам учебника «Как я помогал маме». На одной картинке мальчик достает из стенного шкафчика банку с вареньем. За этой процедурой с интересом наблюдает серый кот. На другой картинке — мальчик, схватившись за голову, смотрит на осколки банки и разлившееся варенье. Кот в ужасе бежит с места происшествия.

Сочинение Саши К.: «Если бы у нас дома произошла такая история с вареньем, — пишет он, — я бы сказал, что банку разбила кошка. Когда говоришь — ничего не бывает. Просто мама отлупила бы кошку...»

Сочинение Валеры Ш.: «Когда я вынимал из шкафчика банку, нетерпеливая Мурка прыгнула и схватилась когтями за штанину. От неожиданности я выпустил банку... Я не стал говорить маме про кошку, она бы ее выгнала. А куда бы Мурка делась?..»

Вопросы и задания:

1. В чем педагогическое назначение таких сочинений?

2. Какие стороны личности проявились у мальчиков в сочинении?

3. Как могут быть использованы сочинения в воспитательной работе с детьми?

4. Как следует отреагировать педагогу на откровенное высказывание мыслей учениками?

5. На какие просчеты в воспитании педагогу и родителям следует обратить внимание в последующей воспитательной работе с Сашей К. и Валерой Ш.?

6. Какие пути преодоления этих ошибок видите вы?

Задачи по изменению отношения к учебе.

Задача 1.

«Какой упрямый этот Толя Толкачев... Никогда он не слушает объяснение, вечно вертится, разговаривает, отвлекает других. Что с ним делать, как заинтересовать?» Как-то раз после уроков Евгения Павловна остановила Толю в коридоре.

— Хочешь, скажу по секрету, о чем завтра пойдет речь на моем уроке?

На следующий день Толя Толкачев, к удивлению всего класса, поднял руку и, ответив на вопрос учителя, посмотрел по сторонам торжествующе. А на перемене он подошел к Евгении Павловне и, смущаясь, попросил:

— Скажите, а о чем вы будете завтра рассказывать?

Вопросы и задания:

1. В чем секрет успеха Толи? Оцените средства достижения подобного успеха.

2. При каких условиях этот успех мальчика может быть закреплен?

3. Можно ли оценить действия учителя как антипедагогические?

Задача 2.

Спонсоры факультета в честь празднования юбилея университета выделили три туристических путевки в качестве премии лучшим студентам.

Как, по какому принципу провести отбор кандидатов на поездку среди студентов всего факультета?

• Совет факультета решил провести конкурс среди студентов каждого курса и наградить победителей премией.

• Совет факультета собрал старост групп и, проанализировав академическую успеваемость всех студентов, с помощью общественного мнения принял решение.

Вопросы и задания:

1. Каким принципом вы бы руководствовались в подобной ситуации? Обоснуйте свой выбор.

2. Предложите свой вариант решения такой проблемы.

Задача на выбор линии поведения или способа воспитательного воздействия.

«В минувшую субботу — а стояла сентябрьская, на удивление располагающая к доброму настроению погода — меня остановил на улице мальчик и просто сказал:

— Дядя, дайте, пожалуйста, 70 рублей...

Я глянул на мальчика и понял, что мальчик сыт, ухожен, одет аккуратно, на лице — здоровый румянец.

— Послушай, а зачем тебе деньги?

— Мороженого захотелось...»

Способ решения.

1. Я, признаться, не нашел ничего лучшего, как спросить: «Тебе не стыдно?»

2. Я взглянул на него выразительно и, ничего не сказав, пошел дальше.

Вопросы и задания:

1. Какое решение кажется вам более верным?

2. Как бы вы отреагировали на подобные слова мальчика?

3. О чем говорит данная жизненная ситуация?

4. В чем вы видите причины возникновения таких ситуаций?

Задачи на применение метода “ пример”.

Задача 1.

В класс пришла новая девочка. Ее настороженность и замкнутость навели группу мальчишек на мысль устроить новенькой “ прием” в лучших традициях: “ чтобы сразу поняла, куда попала”. И когда девочка вышла на перемене из класса, они спрятали ее портфель и с нетерпением стали ждать “спектакля”. Все удалось как нельзя лучше: новенькая сразу занервничала, стала спрашивать, кто взял ее портфель.

Вопросы и задания:

1.Дайте оценку микросреды, в которой происходит событие.

2.Можно ли по данному поступку судить о духовном обнищании современных подростков?

3.Кто и как регулирует отношения внутри коллектива в подобных случаях?

Задача 2.

Учительница математики что-то объясняла, а Витя, впечатлительный мальчик, только что получивший тройку по любимому предмету — истории, сидел и раскладывал какую-то бумажку на столе, думая о своей неудаче.

— Что ты там делаешь? Почему не слушаешь? — обрушилась на него Ксения Витальевна. — Ты стал плохо себя вести…

— Ну и что ж! — вызывающе буркнул Витя.

— Как ты разговариваешь с учителем? Встань!

— А чего мне вставать? Я ничего не сделал…

— Ах, так? Ну тогда выходи отсюда!

— А я не пойду…

— Нет, пойдешь…

Учительница, взяв мальчика за руку, выгнала его силой из класса под неодобрительный шепот всех остальных школьников.

Вопросы и задания:

1. Почему произошел срыв в поведении мальчика?

2. Проанализируйте характер педагогического воздействия учителя на Витю. Дайте психологическое объяснение, инструментовку методам, выбранным учителем.

3. В чем состоял педагогический просчет учителя?

Задача 3.

Отца у Саньки не было, он ушел из семьи два года назад. Мать работала сутками, чтобы прокормить троих детишек. Следить за мальчиком было некому. Он совсем отбился от рук всех педагогов и воспитателей, да и мать свою уже не слушал.

Пожалуй, не было такого сада в поселке, в котором не побывал бы Санька. Впрочем, такой сад был — Матвея Петровича, его соседа. Парнишка боялся забраться в него, уж больно строг был хозяин, который сторожил свой сад с ружьем. Но однажды все-таки решил Санька залезть в этот сад и сразу же был пойман бдительным стариком. Такого с ним никогда не случалось. Санька сжался в комок и дал себе слово не кричать, если его даже будут бить. А то, что ему сейчас здорово влетит, — в этом он не сомневался.

— Ну, здорово, богатырь, — услышал он голос Матвея Петровича, — Вот ты какой. Ну, садись, гостем будешь.

Легонько взяв Саньку за худенькое плечо, он усадил его на стол под яблоней.

— Как яблоки-то? — ласково спросил Матвей Петрович мальчика. — Э-э, да ты, я вижу, и попробовать-то не успел. Ты с какой яблони сорвал, с этой? Эти яблоки очень вкусные. Давай угощайся, — потчевал он Саньку. — Сад –то я сам разводил, — скупо похвастался старик. — Нелегко было: зимы у нас больно холодные. Да ты ешь, тебе поправляться надо, ишь кости-то, как выпирают из-под рубашки.

Матвей Петрович задумчиво посмотрел на сжавшегося, притихшего паренька.

— Ты вот что, — наклонился к нему Матвей Петрович, — захаживай ко мне, а? Сад у меня большой, дела нам с тобой обоим хватит. Я тебя всем премудростям научу, глядишь, впоследствии садоводом станешь. А дело это не простое. Яблоня, она все равно что человек, внимания требует. Ну как, придешь? Вот и хорошо, — обрадовался старик, хотя Санька не мог вымолвить ни одного слова. Он был поражен словами и отношением к себе Матвея Петровича.

— А яблоки, — продолжал тот, — возьми с собой, мать и сестренок угостишь. Я тебе сейчас еще нарву.

Матвей Петрович нарвал яблок, положил их в плетеную корзинку и отдал Саньке.

— Корзинку завтра или в другой раз принесешь. Ну иди, — легонько потрепал грубой ладонью Санькины волосы и пошел за водой. А когда оглянулся, увидел… Санька, неисправимый озорник и хулиган, стоял и ясными, добрыми глазами смотрел ему вслед…

Потом они стали друзьями, и Санька сильно к нему привязался, чувствуя заботу и понимание мудрого человека.

Вопросы и задания:

1. Какие педагогические задачи решил в этой ситуации Матвей Петрович?

2. Как ему удалось превратить причину конфликта в повод для зарождения добрых отношений с трудным подростком?

3. При каких условиях метод наказания приносит результаты?

Задачи на выбор способа поведения

Задача 1.

Представьте себе, что к вам пришел товарищ, который живет далеко от вас. Пришел за книгой, которую вы ему обещали, но забыли вовремя приготовить. Ее надо долго искать.

Как вы будете действовать и что предложите товарищу?

Задача 2.

Представьте себе, что вы пришли в театр тогда, когда в вашем ряду все зрители уже сидят на местах, а вам предстоит пройти на свое место, которое расположено в середине.

Как вы будете действовать?

Задача 3.

Вы пришли в театр. И вот в самый напряженный момент спектакля, когда все сосредоточенно следят за ходом развития действия, кто-то, сидящий неподалеку, начинает переговариваться со своим соседом, смеяться. А позади, чуть ли не за вашей спиной, кто-то угощается конфетами и шуршит бумагой.

Что вы испытываете? Как вы поступите в такой ситуации?

Задача 4.

Вы с девушкой стоите на перроне в ожидании поезда. Девушка доела мороженое. Она смяла в комочек бумагу от мороженого и, оглядываясь по

сторонам, ищет глазами урну, чтобы ее выбросить. Вдали уже показался приближающийся поезд.

Куда же выбросить бумагу? Ваши действия?

Задача 5.

Владимир ехал в автобусе. Вдруг водитель автобуса неожиданно резко затормозил. Юноша не удержался и толкнул рядом стоящую даму. Он сразу же извинился, но в ответ услышал брань. Владимир пытался объяснить, что он не виноват, что он не мог удержаться от толчка и что за свою неловкость он приносит извинение. Но разобиженная дама обвинила юношу в невежливости, в том, что он задел ее намеренно.

Какими могут быть дальнейшие действия юноши?

«СОГЛАСОВАНО»
Ответственный за ОПОП
к.п.н., доцент кафедры туризма
и спортивного ориентирования З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра педагогики и психологии

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ПСИХОЛОГИЯ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 **«Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»**

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавр
Форма обучения: заочная

Курс –2
Семестр – 3-4
Итоговая форма контроля –дифференцированный зачет (4 семестр)

Рабочую программу разработал:
Пульмановская Е.И.,
старший преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ Стр.

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта …….. 3

2. Результаты обучения по дисциплине……. 5

3. Место дисциплины в структуре ОПОП…… 10

4. Объем дисциплины и виды учебной работы……..... 10

5. Содержание дисциплины…… 10

5.1. Количество часов по видам занятий…… 10

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий……... 11
5.2.1. Содержание лекционных занятий…….. 11
5.2.2. Содержание практических занятий…… 13
6. Самостоятельная работа студентов……..... 14

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации….. 21

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины …… 21
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы…… 24
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля…… 24
7.2.2. Тестовые задания по дисциплине ……. 25
7.2.3. Вопросы к зачету ……. 29
8. Перечень основной и дополнительной литературы……. 30

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины……. 31

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины…… 32

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины…… 32

Приложения ……. 34

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт 3++ по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» утвержден Приказом Министерства образования и науки РФ от 19 сентября 2017 г. N 943 (с изменениями и дополнениями) Редакция с изменениями N 1456 от 26.11.2020.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включают:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения);

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Выпускники могут осуществлять профессиональную деятельность в других областях профессиональной деятельности и (или) сферах профессиональной деятельности при условии соответствия уровня их образования и полученных компетенций требованиям к квалификации работника

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники могут готовиться к решению *задач профессиональной деятельности* следующих типов:

тренерские;
педагогические;
рекреационно-оздоровительные;
организационно-методические;
организационно-управленческие;
научно-исследовательские.

При разработке программы бакалавриата организация устанавливает ***направленность (профиль) программы*** бакалавриата, которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путем ориентации ее на:

- область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

- тип (типы) задач профессиональной деятельности выпускников;

- при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Совокупность компетенций, установленных программой бакалавриата, должна обеспечивать выпускнику способность осуществлять профессио-

нальную деятельность *не менее чем в одной области и сфере* профессиональной деятельности и решать задачи профессиональной деятельности *не менее чем одного типа*.

Организация устанавливает в программе бакалавриата ***индикаторы достижения компетенций*** *(УК, ОПК, ПК-обязательных)* в соответствии с индикаторами достижения компетенций, ***установленными примерной основной образовательной программой (ПООП),*** рекомендуемых ПК и самостоятельно установленных ПК (при наличии) – самостоятельно.

Организация самостоятельно планирует результаты обучения по дисциплинам и практикам, которые должны быть соотнесены с установленными в программе бакалавриата индикаторами достижения компетенций. Совокупность запланированных результатов обучения должна обеспечивать формирование у выпускников всех компетенций, установленных программой бакалавриата.

Перечень **профессиональных стандартов (ПС)**, соответствующих профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата по направлению 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»:

- 01.001 Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 года № 544н, с изменением, внесенным от 25 декабря 2014 года №1115н и от 5 августа 2016 г. №422н, (ПОО);
- 01.003 Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 года № 298н, (ПДО);
- 01.007 специалист, участвующий в организации деятельности детского коллектива (вожатый);
- 04.005 Профессиональный стандарт «Экскурсовод (гид)» утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 4 августа 2014 года N 539н;
- 05.003 Профессиональный стандарт «Тренер», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 28 марта 2019 года № 191н;
- 05.005 Профессиональный стандарт «Инструктор-методист», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 8 сентября 2014 года № 630н, с изменениями внесенным приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 12декабря 2016 года № 727н;
- 05.007 Профессиональный стандарт «Спортивный судья», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 28 марта 2019 года № 193н;
- 05.008 Профессиональный стандарт «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физиче-

ской культуры и спорта», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 29 октября 2015 года № 798н;
- 05.009 Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования;
- 05.012 Тренер-преподаватель;
- 05.013 Специалист по продвижению фитнес-услуг;
- 33.023 Инструктор-проводник.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

Наименование категории (группы) **универсальных компетенций**	Код и наименование **универсальной компетенции** выпускника
Командная работа и лидерство	УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.

Наименование категории (группы) **общепрофессиональных компетенций**	Код и наименование **общепрофессиональной компетенции** выпускника
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста
Контроль и анализ	ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

Результаты обучения по дисциплине	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Формируемые компетенции
Знать		
Законы развития личности и проявления личностных свойств. Психологические свойства личности. Основные механизмы и закономерности функционирования психики, механизмы сознательной и бессознательной регуляции поведения. Разновидности потребностей человека, в том числе высших. Основные виды мотивов и связанное с ними поведение. Базовые эмоции и высшие чувства как регуляторы деятельности, особенности волевой регуляции. Основы психологии общения. Правила ведения групповой дискуссии. Основы психодиагностики. Свои психологические особенности на основе психодиагностики	*Педагог* А/03.6 (Развивающая деятельность) А/01.6 (Общепедагогическая функция. Обучение) *Педагог дополнительного образования* А/01.6 (Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы)	УК-3
Законы и механизмы формирования личности на основе индивидных характеристик. Психологические свойства личности: темперамент, характер, способности. Содержание и характеристики потребностно-мотивационной, эмоционально-волевой и познавательной сфер личности. Роль высших чувств в жизни человека, процесс их формирования Техники и приемы общения с учетом возрастных и индивидуальных особенностей собеседников. Техники мотивации. Основные закономерности возрастного развития, социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики. Основы психодиагностики.	*Педагог* А/01.6(Общепедагогическая функция. Обучение) А/02.6 (Воспитательная деятельность) А/03.6 (Развивающая деятельность) *Педагог дополнительного образования* А/01.6 (Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы)	ОПК-1 ОПК-9

Уметь		
Формулировать психологические проблемы и гипотезы, искать способы их решения в рамках теоретических психологических подходов. Использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий. На основе единых научно- методических подходов взаимодействовать с коллегами (педагогами и психологами). Организовывать групповую дискуссию, продуктивно участвовать в ней. Самостоятельно искать и анализировать научную литературу; в том числе находящуюся в электронных библиотеках, актуальные статьи в научных журналах, в том числе электронных. Владеть ИКТ-компетентностями.	*Педагог* А/03.6 (Развивающая деятельность) А/01.6 (Общепедагогическая функция. Обучение) *Педагог дополнительного образования* А/01.6 (Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы)	УК-3
Применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования. Разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения. Владеть стандартизированными методами психодиагностики личностных характеристик обучающихся. Составить (совместно с психологом и другими специалистами) психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося. Понимать мотивы поведения обучающихся, их образовательные потребности. Диагностировать предрасположенность (задатки) обучающихся к освоению выбранной деятельности. Строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей и индивидуальных особенностей. Общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их. Создавать условия для воспитания и развития обучающихся	*Педагог* А/01.6(Общепедагогическая функция.Обучение) А/02.6 (Воспитательная деятельность) А/03.6 (Развивающая деятельность) *Педагог дополнительного образования* А/01.6 (Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы)	ОПК-1 ОПК-9

Применять методы и технологии психосоциального тренинга, ведения групп психологической поддержки, консультирования, сопровождения и другие технологии, и методы социально-психологической и социально-педагогической помощи.		
Иметь опыт		
Самостоятельной постановки проблемы, формулировки задачи, поиска информации, анализа информации, творческого выполнения заданий, психологического анализа поведения и результатов психодиагностики. Организации и продуктивного участия в групповых дискуссиях. Самоорганизации.	*Педагог* А/03.6 (Развивающая деятельность) А/01.6 (Общепедагогическая функция. Обучение) *Педагог дополнительного образования* А/01.6 (Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы)	УК-3
Применения психологической теории и диагностического инструментария в различных сферах жизни. Диагностики социально-психологических особенностей личности, их интерпретации и прогноза поведения. Формирования мотивации к обучению. Участия в разработке и реализации программы развития образовательной организации в целях создания безопасной и комфортной образовательной среды. Проектирования ситуаций и событий, развивающих эмоционально-ценностную сферу ребенка (культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка). Развития у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирования гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у	*Педагог* А/01.6(Общепедагогическая функция.Обучение) А/02.6 (Воспитательная деятельность) А/03.6 (Развивающая деятельность) *Педагог дополнительного образования* А/01.6 (Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы)	ОПК-1 ОПК-9

обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни. Выявления в ходе наблюдения поведенческих и личностных проблем обучающихся, связанных с особенностями их развития. Консультирование обучающихся и их родителей (законных представителей) по вопросам профессионального самоопределения		

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина входит в обязательную часть дисциплин: Б1. О.07. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе, в 3-4 семестре по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – дифференцированный зачет. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: философия, педагогика. Также востребован опыт логического мышления, речи, самоорганизации и исследовательской деятельности. Важен уровень сформированности учебной деятельности.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр
Контактная работа преподавателей с обучающимися		12	3-4
Лекции		8	3-4
Практические занятия		4	3-4
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)		4	4
Самостоятельная работа		92	3-4
Общая трудоемкость	часы	108	
	ЗЕ	3	

Реализация компетентностного подхода предусматривает широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Наименование тем и разделов	Всего часов	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
		Лекции	Практические работы (в том числе в интерактивной форме*)	
Раздел 1. Введение в психологию.				
1.1. Предмет психологии. История развития научной психологии. Место психологии в системе наук о человеке.	3	1		2
1.2. Методы психологии	4			4
1.3. Человек как объект психологии	3	1		2
1.4. Основные функции психики. Сознание и бессознательное. Самосознание.	6			6
Раздел 2. Психология личности				
2.1. Понятие личности в психологии. Структура личности.	6			6
2.2. Индивидуальные особенности личности	12	4	2	6
2.3. Потребностно-мотивационная сфера личности	8			8
2.4. Эмоционально-волевая сфера личности	8			8
Раздел 3. Познавательная сфера личности	20	2	2*	16
Раздел 4. Общение	8			8
Итоговое тестирование (дистанционно)	10			10
Диф. зачет	4+16			16
Всего	108	8	4	92

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий.

Тема 1. Предмет психологии (1 ч.)

Житейская и научная психология. Психические явления и психологические факты. Развитие представлений о предмете психологии в основных исторически сложившихся направлениях психологии: психология сознания, бихевиоризм, психоанализ, гуманистическая психология, отечественная психология.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о законах развития личности, об основных закономерностях социализации личности, о специфике понимания предмета психологии в разных психологических школах; умений использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий, применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки; опытаактивного слушания, самостоятельной работы с информационными источниками. Изучение темы направлено на формирование УК-3 и ОПК – 1, ОПК - 9.

Тема 2. Человек как объект психологии (1 ч.)

Понятия: человек, индивид, личность, индивидуальность. Основные индивидные, личностные и индивидуальные качества человека. Связь психологии с другими антроповедческими науками.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о законах развития личности и проявления личностных свойств, об основных закономерностях социализации личности, умений использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий, разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения; владение ИКТ-компетентностями; активного слушания, самостоятельной работы с информационными источниками. Изучение темы направлено на формирование УК-3 и ОПК – 1, ОПК - 9.

Тема 3. Индивидуальные особенности личности (4 ч.)

Темперамент, основные компоненты. Типы темперамента. Теории темперамента. Характер, структура, формирование характера. Типологии характера. Социальный характер (Э.Фромм). Способности, задатки. Происхождение способностей. Развитие способностей. Виды и уровни способностей.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о законах развития личности и проявления личностных свойств, об основных закономерностях социализации личности, об индикаторах индивидуальных особенностей траекторий жизни; умений разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения, строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей и индивидуальных особенностей, составить (совместно с психологом и другими специалистами) психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося, владение ИКТ-компетентностями; опыта формирования универсальных учебных действий, выявления в ходе наблюдения поведенческих и личностных проблем обучающихся, связанных с особенностями их развития, активного слушания, самостоятельной работы с информационными источниками. Изучение темы направлено на формирование УК-3 и ОПК – 1, ОПК - 9.

Тема 4. Познавательная сфера личности (2 ч.)

Структура познавательной сферы личности.

Восприятие. Основные характеристики, взаимосвязь с другими компонентами познавательной сферы. Свойства восприятия. Виды восприятия. Мышление. Основные характеристики. Этапы развития и основные виды мышления. Операции мышления. Мышление как процесс

Изучение темы направлено на приобретение знаний о путях достижения образовательных результатов и способах оценки результатов обучения, об индикаторах индивидуальных особенностей траекторий жизни, Основные закономерности возрастного развития, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни; умений разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения, составить (совместно с психологом и другими специалистами) психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося, владение ИКТ-компетентностями; опыта формирования универсальных учебных действий, выявления в ходе наблюдения поведенческих и личностных проблем обучающихся, связанных с особенностями их развития, формирования мотивации к обучению. Изучение темы направлено на формирование УК-3 и ОПК – 1, ОПК - 9.

5.2.2 Содержание практических занятий.

Практическое занятие № 1 (2 часа).

Тема: Темперамент, основные компоненты темперамента.

Ход занятия.

1.Опрос по теме «Темперамент»:

а) понятие «темперамент»;

б) основные компоненты темперамента;

в) типы темперамента;

г) основные теории темперамента.

2. Выполнение кейс-заданий по теме «Темперамент»

3.Психодиагностика. Тест – опросник Г.Айзенка. Обсуждение результатов.

4.Анализ понятий «интроверсия – экстраверсия», «нейротизм». Круг Айзенка.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о законах развития личности и проявления личностных свойств, об основных закономерностях социализации личности, об индикаторах индивидуальных особенностей траекторий жизни; умений разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности иповедения, строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей и индивидуальных особенностей, составить (совместно с психологом и другими специалистами) психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося, владение ИКТ-компетентностями; опыта формирования универсальных учебных действий, выявления в ходе наблюдения поведенческих и личностных проблем обучающихся, связанных с особенностями их развития, активного слушания, самостоятельной работы с информационными источниками. Изучение темы направлено на формирование УК-3 и ОПК – 1, ОПК - 9.

Практическое занятие № 2 (2 часа).

Тема: Память.

Ход занятия

1. Опрос по теме «Память»:

а) понятие «память»;
б) блоки памяти;
в) процессы памяти;
г) виды памяти.
2. Упражнение «объем кратковременной памяти». Видеоролик «Как работает наш мозг»
3. Психодиагностика. Методика на выявление ведущего вида памяти: зрительная, слуховая, моторная, комбинированная.
4. Психотехнические приемы для запоминания (мнемотехники). Упражнения «Я пошел в поход и взял с собой…», «Группировки», «Нестандартные ассоциации»

Изучение темы направлено на приобретение знаний о путях достижения образовательных результатов и способах оценки результатов обучения, об индикаторах индивидуальных особенностей траекторий жизни, Основные закономерности возрастного развития, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни; умений разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения, составить (совместно с психологом и другими специалистами) психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося, владение ИКТ-компетентностями; опыта формирования универсальных учебных действий, выявления в ходе наблюдения поведенческих и личностных проблем обучающихся, связанных с особенностями их развития, формирования мотивации к обучению. Изучение темы направлено на формирование УК УК-3 и ОПК – 1, ОПК - 9.

6. Самостоятельная работа студентов

Студенты - заочники многие темы изучают самостоятельно. Также самостоятельная работа необходима для подготовки к практическим занятиям, тесту и дифференцированному зачету.

Формы работы	Кол-во часов	Виды и формы контроля
Подготовка к устным опросам и решению кейс-задач на практических занятиях	6	Выступление на занятии, решение кейс-задач
Самостоятельное изучение отдельных тем программы: «методы психологии», «сознание и бессознательное», «самосознание», «эмоционально-волевая сфера», «потребностно - мотивационная сфера», «ощущение», «внимание», «речь», «воображение», «общение»	44	Зачет
Работа с дополнительной литературой по курсу, написание рефератов	8	Проверка, собеседование по реферату

Создание психологического автопортрета	8	Зачет
Подготовка к тестированию	10	Тестирование
Подготовка к диф. зачету	16	Диф. зачет
Итого	92	

Ряд тем студенты изучают самостоятельно. При самостоятельном изучении отдельных тем дисциплины рекомендуем воспользоваться следующим планом и списком литературы.

Тема: Методы психологии

План:

1. Этапы научного исследования. Общенаучные и конкретно-научные методы исследования.
2. Наблюдение как метод исследования. Требования к организации наблюдения.
3. Эксперимент как метод исследования. Зависимая и независимая переменная. Контрольная группа испытуемых. Виды экспериментов.
4. Опрос как метод исследования. Виды опроса: беседа, интервью, анкетирование.
5. Тестирование как метод исследования. Существенные характеристики. Требования к тестированию.
6. Анализ продуктов деятельности. Психологические основы использования данного метода.
7. Проективные методы.

Литература.

1. Столяренко, Л. Д. Общая психология: учебник для академического бакалавриата / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 355 с. — (Бакалавр.Академический курс).— Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/433642
2. Шадриков, В. Д. Общая психология: учебник для академическогобакалавриата / В. Д. Шадриков, В. А. Мазилов. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 411 с. — (Высшее образование). — Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/432035
3. Петровский, А. В. Психология: Учебник для высших учебных заведений /А.В.Петровский. М.Г. Ярошевский–М.: Академия, 2009.-512с.

Тема: Сознание и бессознательное. Самосознание.

План:

1. Основные характеристики сознания: рефлексивная способность, произвольное управление активностью, пристрастность (личностные смыслы). Состояния сознания: нормальные, измененные, патологические
2. Бессознательное. Основные проявления бессознательного.
3. Самосознание. «Образ Я», самооценка, самоконтроль как формы самосознания. Основные виды «Образа Я». Понятие «самооценка». Виды само-

оценки. Понятие «самоконтроль», развитие самоконтроля, виды самоконтроля.

Литература.

1. Столяренко, Л. Д. Общая психология: учебник для академического бакалавриата / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 355 с. — (Бакалавр.Академический курс).— Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/433642
2. Шадриков, В. Д. Общая психология: учебник для академическогобакалавриата / В. Д. Шадриков, В. А. Мазилов. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 411 с. — (Высшее образование). — Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/432035
3. Павлова, Е.В. Основы общей психологии [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Е.В. Павлова.— Благовещенск: Амурский государственный университет, 2011.— 118 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/48332
4. Грибкова, Л.П. Основы психологии личности и межличностного общения: учебное пособие / Л.П. Грибкова. - Смоленск: Смоленская городская типография, 2010.- 152с.

Тема: Потребностно-мотивационная сфера личности

План:

4. Понятие «потребность». Виды потребностей по А. Маслоу
5. Понятие «мотив». Осознаваемые и неосознаваемые мотивы.
6. Мотивы достижения успеха и избегания неудач (Д. Аткинсон, Д. Мак-Клелланд, Х. Хекхаузен)

Литература.

1. Столяренко, Л. Д. Общая психология: учебник для академического бакалавриата / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 355 с. — (Бакалавр.Академический курс).— Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/433642
2. Шадриков, В. Д. Общая психология: учебник для академическогобакалавриата / В. Д. Шадриков, В. А. Мазилов. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 411 с. — (Высшее образование). — Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/432035
3. Петровский, А. В. Психология: Учебник для высших учебных заведений /А.В.Петровский. М.Г. Ярошевский–М.: Академия, 2009.-512с.
4. Грибкова, Л.П. Основы психологии личности и межличностного общения: учебное пособие / Л.П. Грибкова. - Смоленск: Смоленская городская типография, 2010.- 152с.
5. Павлова, Е.В. Основы общей психологии [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Е.В. Павлова.— Благовещенск: Амурский государственный университет, 2011.— 118 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/48332

Тема: Эмоционально-волевая сфера личности

План:
1. Понятие «эмоции». Механизм возникновения эмоций.
2. Функции эмоций: регулятивная, оценочная, коммуникативная, мотивирующая.
3. Фундаментальные эмоции по К. Изарду и П. Экману.
4. Методы регуляции эмоциональных состояний
5. Чувства, виды чувств.
6. Волевая активность личности. Функции воли.
7. Волевое усилие. Способы волевой регуляции.
8. Волевые качества личности.

Литература.
1. Столяренко, Л. Д. Общая психология: учебник для академического бакалавриата / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 355 с. — (Бакалавр.Академический курс).— Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/433642
2. Шадриков, В. Д. Общая психология: учебник для академическогобакалавриата / В. Д. Шадриков, В. А. Мазилов. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 411 с. — (Высшее образование). — Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/432035
3. Петровский, А. В. Психология: Учебник для высших учебных заведений /А.В.Петровский. М.Г. Ярошевский–М.: Академия, 2009.-512с.
4. Грибкова, Л.П. Основы психологии личности и межличностного общения: учебное пособие / Л.П. Грибкова. - Смоленск: Смоленская городская типография, 2010.- 152с.
5. Павлова, Е.В. Основы общей психологии [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Е.В. Павлова.— Благовещенск: Амурский государственный университет, 2011.— 118 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/48332

Тема: Ощущения

План:
1. Определение понятия «ощущение».
2. Физиологические основы ощущений.
3. Классификация ощущений по Ч. Шеррингтону (экстероцептивные, проприоцептивные, интероцептивные).
4. Закономерности ощущений (пороги чувствительности, адаптация, взаимодействие ощущений, синестезия).

Литература.
1. Шадриков, В. Д. Общая психология: учебник для академическогобакалавриата / В. Д. Шадриков, В. А. Мазилов. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 411 с. — (Высшее образование). — Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/432035 (дата обращения: 09.10.2019).
2. Столяренко, Л. Д. Общая психология: учебник для академического бакалавриата / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. — Москва: Издательство

Юрайт, 2019. — 355 с. — (Бакалавр.Академический курс).— Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/433642
3. Петровский, А. В. Психология: Учебник для высших учебных заведений /А.В.Петровский. М.Г. Ярошевский–М.: Академия, 2009.-512с.
4. Павлова, Е.В. Основы общей психологии [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Е.В. Павлова.— Благовещенск: Амурский государственный университет, 2011.— 118 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/48332

Тема: Внимание

План:

Понятие «внимание».

Свойства внимания: объем, концентрация, устойчивость, распределение, переключение.

Виды внимания. Условия возникновения непроизвольного и произвольного внимания.

Литература.

1. Петровский, А. В. Психология: Учебник для высших учебных заведений /А.В.Петровский. М.Г. Ярошевский–М.: Академия, 2009.-512с.
2. Шадриков, В. Д. Общая психология: учебник для академическогобакалавриата / В. Д. Шадриков, В. А. Мазилов. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 411 с. — (Высшее образование). — Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/432035 (дата обращения: 09.10.2019).
3. Столяренко, Л. Д. Общая психология: учебник для академического бакалавриата / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 355 с. — (Бакалавр.Академический курс).— Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/433642
4. Павлова, Е.В. Основы общей психологии [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Е.В. Павлова.— Благовещенск: Амурский государственный университет, 2011.— 118 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/48332

Тема: Речь

План:

2. Определение понятия «речь».
3. Функции речи (коммуникативная, номинативная, семантическая).
4. Соотношение мышления и речи.
5. Виды речи.

Литература.

1. Столяренко, Л. Д. Общая психология: учебник для академического бакалавриата / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 355 с. — (Бакалавр.Академический курс).— Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/433642
2. Шадриков, В. Д. Общая психология: учебник для академическогобакалавриата / В. Д. Шадриков, В. А. Мазилов. — Москва: Издательство

Юрайт, 2019. — 411 с. — (Высшее образование). — Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/432035 (дата обращения: 09.10.2019).
3. Павлова, Е.В. Основы общей психологии [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Е.В. Павлова.— Благовещенск: Амурский государственный университет, 2011.— 118 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/48332

Тема: Воображение

План:
1. Определение понятия «воображение».
2. Функции воображения: познавательная, регулятивная, аффективно-защитная.
3. Развитие воображения.
4. Виды воображения.
5. Приемы творческого воображения.

Литература.
1. Столяренко, Л. Д. Общая психология: учебник для академического бакалавриата / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 355 с. — (Бакалавр.Академический курс).— Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/433642
2. Шадриков, В. Д. Общая психология: учебник для академическогобакалавриата / В. Д. Шадриков, В. А. Мазилов. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 411 с. — (Высшее образование). — Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/432035 (дата обращения: 09.10.2019).
3. Павлова, Е.В. Основы общей психологии [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Е.В. Павлова.— Благовещенск: Амурский государственный университет, 2011.— 118 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/48332

Тема: Общение.

План.
1. Понятие и виды общения. Функции и трудности общения
2. Структура общения: интерактивная, коммуникативная и перцептивная составляющие.
3. Средства коммуникации: речь, невербальные средства(оптико кинетическая, паралингвистическая, экстралингвистическая системы), организация пространства, контакт глаз.
4. Доверительное и манипулятивное общение.

Литература.
1. Столяренко, Л. Д. Общая психология: учебник для академического бакалавриата / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 355 с. — (Бакалавр.Академический курс).— Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/433642

2. Грибкова, Л.П. Основы психологии личности и межличностного общения: учебное пособие / Л.П. Грибкова. - Смоленск: Смоленская городская типография, 2010.- 152с.
3. Зенина, С.Р. Практическая психология [Электронный ресурс]: учебное пособие / С.Р. Зенина, Ю.В. Бадалян.— Благовещенск: [б.и.], 2012.— 208 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/164924

Студентам предоставляется возможность написать рефераты по избранным темам. Обязательным требованием является использование не менее трех литературных источников, самостоятельное обобщение материала и выражение собственной позиции по выбранной теме. При этом студенты самостоятельно находят и используют информационные источники из списка основной и дополнительной литературы, а также из сети Internet. По основным разделам реферата проводится собеседование. Результаты оценки реферата и собеседования засчитываются как ответ по соответствующей теме на дифференциальном зачете.

Примерная тематика рефератов

1. Бессознательное. Основные характеристики и проявления.
2. Защитные механизмы личности и копинг-стратегии.
3. Нормальные и измененные состояния сознания.
4. Структурный подход к изучению личности.
5. Нарциссизм как личностная особенность.
6. Современные теории темперамента.
7. Активностно-специфическая модель темперамента В.М. Русалова – И.Н. Трофимовой.
8. Влияние темперамента на индивидуальный стиль деятельности и общения.
9. Формирование характера: основные механизмы и сенситивные периоды.
10. Теории происхождения способностей.
11. Креативность и предпосылки ее развития.
12. Гендерные различия способностей.
13. Теории мотивации.
14. Самооценка и уровень притязаний как факторы мотивации.
15. Мотивы достижения успеха и избегания неудач.
16. Ценностные ориентации и направленность личности.
17. Теоретический анализ волевого действия.
18. Способы волевой регуляции поведения.
19. Современные классификации эмоций.
20. Основные телесные сигналы эмоционального состояния человека.
21. Процессуальная модель регуляции эмоций Дж. Гросса.
22. Способы регуляции неблагоприятных эмоциональных состояний.
23. Типы перцептивной модальности: кинестетики, аудиалы, визуалы
24. Индивидуальные особенности и нарушения памяти.
25. Пути, приемы, средства развития памяти человека.

26. Модели интеллекта.
27. Развитие воображения на различных этапах онтогенеза.
28. Личностные особенности творческого мышления.
29. Взаимосвязь мышления и речи.
30. Социокультурные различия в психологии.
31. Перцептивный, интерактивный и коммуникативный компоненты общения.
32. Манипуляции в общении.
33. Лидерство в малой социальной группе.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.	*Педагог* А/03.6 (Развивающая деятельность) А/01.6 (Общепедагогическая функция. Обучение) *Педагог дополнительного образования* А/01.6 (Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы)	Знает: -законы развития личности и проявления личностных свойств; - психологические свойства личности; - основные механизмы и закономерности функционирования психики, механизмы сознательной и бессознательной регуляции поведения; - разновидности потребностей человека, в том числе высших; - основные виды мотивов и связанное с ними поведение; - базовые эмоции и высшие чувства как регуляторы деятельности, особенности волевой регуляции; - основы психологии общения; - правила ведения групповой дискуссии; - основы психодиагностики; - свои психологические особенности на основе психодиагностики. Умеет: - формулировать психологические проблемы и гипотезы, искать способы их решения в рамках теоретических психологических подходов;

		- использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; - на основе единых научно- методических подходов взаимодействовать с коллегами (педагогами и психологами); - организовывать групповую дискуссию, продуктивно участвовать в ней; - самостоятельно искать и анализировать научную литературу; в том числе находящуюся в электронных библиотеках, актуальные статьи в научных журналах, в том числе электронных; - владеть ИКТ-компетентностями. Имеет опыт: - самостоятельной постановки проблемы, формулировки задачи, поиска информации, анализа информации, творческого выполнения учебных заданий (универсальные учебные действия); - психологического анализа поведения и результатов психодиагностики; - организации и продуктивного участия в групповых дискуссиях - самоорганизации, формирования мотивации к обучению.
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей за-	*Педагог* А/01.6(Общепедагогическая функция. Обучение) А/02.6 (Воспитательная деятельность) А/03.6 (Развивающая деятельность) *Педагог дополнительного образования* А/01.6 (Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение	Знает: - законы и механизмы формирования личности на основе индивидных характеристик; - психологические свойства личности: темперамент, характер, способности; - содержание и характеристики потребностно-мотивационной, эмоционально-волевой и познавательной сфер личности; - роль высших чувств в жизни человека, процесс их формирования; - техники и приемы общения с учетом возрастных и индивидуальных особенностей собеседников; - техники мотивации; - основные закономерности возрастного развития, социализации личности, инди-

нимающихся различного пола и возраста. ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	дополнительной общеобразовательной программы)	каторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики; - основы психодиагностики. Умеет: - применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования; - разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения; - владеть стандартизированными методами психодиагностики личностных характеристик, обучающихся; - составить (совместно с психологом и другими специалистами) психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося; - понимать мотивы поведения обучающихся, их образовательные потребности; - диагностировать предрасположенность (задатки) обучающихся к освоению выбранной деятельности; - строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей и индивидуальных особенностей; - общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - создавать условия для воспитания и развития обучающихся; - применять методы и технологии психосоциального тренинга, консультирования, сопровождения и другие технологии, и методы социально-психологической и социально-педагогической помощи. Имеет опыт: -применения психологической теории и диагностического инструментария в различных сферах жизни; - диагностики социально-психологических особенностей личности,

		интерпретации и прогноза поведения; - развития у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирования гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни; -проектирования ситуаций и событий, развивающих эмоционально-ценностную сферу ребенка (культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка); - выявления в ходе наблюдения поведенческих и личностных проблем обучающихся, связанных с особенностями их развития; - формирования мотивации к обучению; - участия в разработке и реализации программы развития образовательной организации в целях создания безопасной и комфортной образовательной среды; - консультирование обучающихся и их родителей (законных представителей) по вопросам профессионального самоопределения

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

В соответствии с макетом федерального государственного образовательного стандарта оценка качества подготовки студентов должна включать:

А. Текущую аттестацию.

Б. Промежуточную аттестацию.

В. Итоговую государственную аттестацию.

А. Текущая аттестация проводится в следующих формах:

- устный опрос (групповой или индивидуальный);
- решение кейс-задач;
- написание и защита реферата;
- участие в разборе практических ситуаций;
- тестирование.

Б. Промежуточная аттестация осуществляется в конце семестра. Изучение данной дисциплины завершается дифференцированным зачетом.

7.2.2. Тестовые задания по дисциплине

ИНСТРУКЦИЯ: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. Выберите 1 или 2 ответа, являющихся, по Вашему мнению, правильными. В бланке ответов поставьте условный знак против выбранного номера (номеров). В некоторых заданиях в конце теста ответом является одно слово, которое вам необходимо записать в бланке ответов напротив номера вопроса.

1. Предметом психологии являются: (1 правильный ответ)
А) закономерности развития общества;
Б) психоанализ;
В) психические явления и психологические факты;
Г) деятельность головного мозга
2. К психическим процессам относятся: (2 правильных ответа)
А) темперамент;
Б) память;
В) апатия;
Г) мышление
3. Поведение как система наблюдаемых реакций на стимулы является предметом: (1 ответ)
А) отечественной психологии;
Б) психологии сознания;
В) психоанализа;
Г) бихевиоризма
4. Характеристиками сознания являются (2 ответа)
А) рефлексивная способность;
Б) мышление;
В) произвольная саморегуляция;
Г) фрустрация
5. Проявлениями бессознательного являются: (2 ответа)
А) установки;
Б) планирование действий;
В) автоматизмы;
Г) обеспечение целеполагающей деятельности
6. Основными свойствами темперамента являются: (2 ответа)
А) общая активность;
Б) самокритичность;
В) направленность личности;
Г) эмоциональность

7. И.П. Павлов описал свойства нервной системы, лежащие в основе темперамента, ими являются: (2 ответа)
А) сила нервных процессов
Б) объем нервных процессов
В) подвижность нервных процессов
Г) распределение нервных процессов
8. Данные типы темперамента отличаются высокой эмоциональностью (2 ответа)
А) холерики;
Б) флегматики;
В) сангвиники;
Г) меланхолики
9. Отберите суждения, относящиеся к понятию "характер" (2 ответа)
А) свойства биологически обусловленные и являющиеся врожденными;
Б) совокупность устойчивых индивидуальных особенностей, обуславливающих типичные способы поведения;
В) свойства, выражающиеся в отношениях к окружающему миру, труду, другим людям, к самому себе;
Г) динамические характеристики деятельности и поведения
10. Данная черта характера выражает отношение к труду … (1 ответ)
А) неорганизованность;
Б) неряшливость;
В) самоуверенность;
Г) жестокость
11. Видами способностей являются: (2 ответа)
А) общие;
Б) внутренние;
В) специальные;
Г) произвольные
12. К видам потребностей по А. Маслоу **не относятся** потребности… (1 ответ)
А) физиологические;
Б) в безопасности и защите;
В) материальные;
Г) в самоактуализации
13. К волевым качествам личности относятся… (2 ответа)
А) настойчивость;
Б) доброжелательность;
В) оптимизм;
Г) решительность
14. Автор учения о социальном характере (1 ответ)
А) Л.С. Выготский;
Б) Э. Фромм;
В) В. Франкл;

Г) К. Юнг

15. К базовым эмоциям по П. Экману относятся… (2 ответа)

А) сострадание;

Б) гнев;

В) ложь;

Г) отвращение

16. Сознательная саморегуляция поведения, направленная на преодоление препятствий на пути к достижению цели, обозначается понятием … (1 ответ)

А) внимание;

Б) воля;

В) потребность;

Г) аффект

17. Состояние человека, вызываемое непреодолимыми трудностями, возникающими на пути к достижению цели, называется… (1 ответ)

А) страсть;

Б) фрустрация;

В) эйфория;

Г) печаль

18. Для возникновения непроизвольного внимания необходимы следующие условия… (2 ответа)

А) отчетливое понимание целей и задач деятельности;

Б) необычность раздражителей;

В) сила, интенсивность раздражителей;

Г) активная умственная работа

19. Свойствами внимания являются… (2 ответа)

А) распределение;

Б) константность;

В) сенситивность;

Г) устойчивость

20. Продуктом восприятия как познавательного процесса является… (1 ответ)

А) познание отдельных свойств объектов;

Б) целостный образ предметов и явлений;

В) познание связей и отношений между объектами;

Г) отношение человека к окружающей действительности

21. Виды памяти: (2 ответа)

А) двигательная;

Б) образная;

В) объективная;

Г) интуитивная

22. К основным процессам памяти **не относится…** (1 ответ)

А) запоминание

Б) абстрагирование

В) сохранение

Г) забывание

23. Как называется вид мышления, основным средством которого является физическое действие, самый ранний этап развития мышления? (1 ответ)

А) моторное

Б) внешнее

В) наглядно-действенное

Г) наглядно-образное

24. Основными операциями мышления являются: (2 ответа)

А) понятие

Б) сравнение

В) когниция

Г) анализ

25. Видами речи являются: (2 ответа)

А) внутренняя

Б) объективная

В) диалогическая

Г) непосредственная

26. Бессознательное является предметом такого научного направления психологии, как …

27. Виды психических явлений: психологические свойства, психические состояния и …

28.Сочетание высокой общей активности и низкой эмоциональности присуще такому типу темперамента, как ...

29.Тип темперамента, сочетающий интроверсию с высокой эмоциональностью - …

30. Тип темперамента, физиологической основой которого является сильная, уравновешенная, инертная нервная система - …

31. Особенность характера, при которой отдельные его черты чрезмерно усилены, вследствие чего обнаруживается избирательная уязвимость в отношении определенных средовых воздействий - это…

32. К непродуктивному виду социальных характеров по Э.Фромму относятся: рецептивный, накапливающий, эксплуатирующий и …

33. Различают два вида способностей: специальные и …

34. Интеллект является … способностью.

35. Потребностью самого высокого уровня по А. Маслоу является потребность в …

36. Опредмеченная потребность – это ….

37. Автор теории базовых эмоций (7 видов) ….

38. Назовите волевое качество личности …

39. Направленность и сосредоточенность сознания человека на определенных объектах при одновременном отвлечении от других называется…
40. Процесс построения образа целостных предметов и явлений при их непосредственном воздействии на органы чувств называется…
41. К процессам памяти относятся: запоминание, сохранение и …
42. Мыслительная операция, дополнительная к анализу -

7.2.3. Вопросы к дифференцированному зачету

1. Человек как объект психологии. Индивид, личность, индивидуальность.
2. Предмет психологии как науки. Научная и житейская психология.
3. Методы психологического познания человека.
4. Сознание. Основные характеристики. Состояния сознания.
5. Сознание и бессознательное. Основные проявления бессознательного.
6. Основные формы самосознания: "образ Я", самооценка, самоконтроль. Механизм психологической защиты.
7. Основные подходы к изучению личности. Структура личности (З. Фрейд, Э.Берн, К.К.Платонов).
8. Темперамент. Основные компоненты. Типы темперамента. Темперамент и деятельность. Теории темперамента.
9. Характер. Структура характера. Типологии характера.
10. Социальный характер. Типология социальных характеров по Э. Фромму.
11. Способности. Происхождение способностей. Способности и задатки.
12. Виды способностей, их диагностика и развитие. Уровни развития способностей.
13. Потребности как источник активности личности. Виды потребностей.
14. Мотив. Виды мотивов. Направленность личности.
15. Волевая активность личности. Волевое усилие. Способы волевой регуляции поведения.
16. Структура волевого действия. Волевые качества личности.
17. Эмоции. Механизм появления эмоций. Виды эмоций.
18. Основные функции эмоций. Выражение эмоций.
19. Чувства. Виды чувств.
20. Внимание. Основные свойства и виды внимания
21. Восприятие. Восприятие как процесс. Основные свойства и виды восприятия.
22. Память. Функции памяти. Основные процессы памяти.
23. Виды памяти. Мнемотехнические приемы.
24. Мышление. Основные характеристики.
25. Виды мышления. Стадии развития мышления.
26. Мышление как процесс решения задачи. Виды мыслительных операций.
27. Интеллект. Структура интеллекта по Дж.Гилфорду.
28. Воображение: понятие, функции. Развитие воображения.
29. Язык и речь. Функции речи. Виды речи.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Столяренко, Л. Д. Общая психология: учебник для академического бакалавриата / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 355 с. — (Бакалавр.Академический курс).— Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/433642
2. Шадриков, В. Д. Общая психология: учебник для академического бакалавриата / В. Д. Шадриков, В. А. Мазилов. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 411 с. — (Высшее образование). — Режим доступа: https://biblio-online.ru/bcode/432035
3. Ступницкий, В.П. Психология / В.П. Ступницкий, О.И. Щербакова, В.Е. Степанов. – Москва: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2017. – 519 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=453939 – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-394-02063-6.
4. Грибкова, Л.П. Основы психологии личности и межличностного общения: учебное пособие / Л.П. Грибкова. - Смоленск: Смоленская городская типография, 2010.- 152с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Гуревич, П.С. Психология / П.С. Гуревич. – Москва: Юнити-Дана, 2015. – 319 с. – (Учебники профессора П.С. Гуревича). – Режим доступа: по подписке.– URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=118130
2. Гуревич, П.С. Психология личности / П.С. Гуревич. – Москва :Юнити-Дана, 2015. – 559 с. – (Актуальная психология). – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=118128
3. Зенина, С.Р. Практическая психология [Электронный ресурс]: учебное пособие / С.Р. Зенина, Ю.В. Бадалян.— Благовещенск: [б.и.], 2012.— 208 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/164924
4. Караванова, Л.Ж. Психология / Л.Ж. Караванова. – Москва: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2017. – 264 с.: табл., ил. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=452573
5. Коломыцева, О.Н. Основы психологии и педагогики [Электронный ресурс]: практикум для вузов / В.В. Мишечкина, Г.П. Рехлов, О.Н. Коломыцева.— Орел: ОрелГТУ, 2005.— 142 с. — 140 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/151786
6. Нартова-Бочавер, С.К. Дифференциальная психология / С.К. Нартова-Бочавер. – 5-е изд., стер. – Москва : Издательство «Флинта», 2016. – 282

с. : ил. – (Библиотека психолога). – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461012

7. Павлова, Е.В. Основы общей психологии [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Е.В. Павлова.— Благовещенск: Амурский государственный университет, 2011.— 118 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/48332
8. Петровский, А. В. Психология: Учебник для высших учебных заведений /А.В.Петровский. М.Г. Ярошевский–М.: Академия, 2009.-512с.
9. Полеткина, И. И. Психофизиология эмоций [Электронный ресурс]: учеб.пособие / И. И. Полеткина.— Волгоград: ВГАФК, 2012.— 92 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233177
10. Рамендик, Д.М. Психологический практикум: учебное пособие/Д.М.Рамендик, О.В.Одинцова. – М.:ИЦ «Академия», 2008. – 192 с.
11. Смольникова, Л.В. Психология / Л.В. Смольникова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СИСТЕМ УПРАВЛЕНИЯ И РАДИОЭЛЕКТРОНИКИ (ТУСУР). – Томск: ТУСУР, 2016. – 337 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=480964
12. Цветков, В.Л. Психология / В.Л. Цветков, И.А. Калиниченко, Т.А. Хрусталева. – Москва: ЮНИТИ-ДАНА: Закон и право, 2016. – 384 с.: ил., табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=446403
13. Шиповская, Л.П. Человек и его потребности: учебное пособие для вузов /Л.П. Шиповская. – М.: Альфа-М: ИНФА-М, 2008. – 432 с.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. http://www.ru/education/ – список WWW-серверов образовательного назначения, университетов, институтов и образовательных центров России.
2. http://www.stack.net/msu/ – Центр средств массовой информации Московского государственного университета.
3. http://www.gnpbu.ru – Государственная научная педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского (ГНПБ им. К.Д.Ушинского).
4. http://www.rsl.ru/ – Российская государственная библиотека.
5. http://www.http://www.nlr.ru:8101/ – Российская Национальная библиотека.
6. Библиотека психологической литературы BOOKAP (Booksofthepsychology) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://bookap.info.
7. http://www.riis.ru/ – Международная образовательная ассоциация.

8. http://lib.ru/PSIHO/ – библиотека психологической литературы
9. http://www.biblio-online.ruЭБС «Юрайт».
10. https://biblioclub.ru/?page=dict «Университетская библиотека»
11. https://rucont.ru/ЭБС «Руконт»
12. http://www.psychology.ru/library
13. http://psychology.net.ru/articles/
14. http://psylib.myword.ru/
15. http://sbiblio.com/biblio/default.aspx?group=0
16. http://www.psycheya.ru/
17. http://pedlib.ru/

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Общие рекомендации
- активно участвовать в обсуждениях психологических явлений на групповых занятиях;
- обязательно читать рекомендованную литературу;
- полезно завести словарь психологических терминов, что облегчает их усвоение и запоминание.

При изучении дисциплины ориентироваться на схему психологического портрета личности *(См. Приложение 1)*.

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам психологии, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.
2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помеще-	Укомплектована специализированной

	ние для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

**Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3.Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной ли-	Вид программного обеспечения

		цензии	
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

СХЕМА

НАПИСАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПОРТРЕТА

I. ПАСПОРТНЫЕ ДАННЫЕ

1.фамилия, имя, отчество
2.возраст
3.пол

II. ТЕМПЕРАМЕНТ

Темперамент – это характеристика внешней картины поведения человека: его общей двигательной и психической активности, его эмоциональности.

1. Охарактеризовать основные свойства темперамента: экстраверсия – интраверсия; тревожность (возможно, сенситивность; пластичность – ригидность; импульсивность; активность; реактивность).
2. Выделить преобладающий тип темперамента (сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик).

Следует иметь в виду, что «чистые» темпераменты встречаются редко. Чаще у человека сочетаются черты разных типов, хотя преобладают свойства одного из них.

Необходимо подчеркнуть собственные оценки темперамента наиболее яркими примерами поведения и деятельности характеризуемого.

III. ХАРАКТЕР

Характер – это стержень личности, её основа. Он отражает отношение человека к окружающему миру, к людям и к самому себе. Это наиболее устойчивые черты личности, проявляющиеся в типичном поведении, деятельности, общении.

Необходимо выявить ярко выраженные, ведущие черты характера:

1. Черты характера, в которых проявляется отношение человека к окружающим людям и обществу в целом: патриотизм, коллективизм, чуткость, доброта, честность, искренность, тактичность, деликатность в общении и др. Противоположные им – эгоизм, черствость, лживость, лицемерие и др.
2. Черты характера, выражающие отношение человека к труду, делу: трудолюбие, инициативность, добросовестность, дисциплинированность; отрицательные – лень, безответственность, боязнь трудностей, формализм и т.д.
3. Черты характера, выражающие отношение к вещам, деньгам: аккуратность или неряшливость, жадность, бережное или небрежное отношение к вещам, щедрость, расточительность или скупость и др.
4. Черты характера, выражающие отношение к самому себе: самолюбие, честолюбие, тщеславие, гордость, эгоизм, уверенность в себе, и др.

5. Волевые черты, отношение к трудностям, препятствиям занимают особое место в характере, составляя его стержень: целеустремленность, настойчивость и упорство, решительность и смелость, выдержка и самообладание, самостоятельность и инициативность и др.
6. Отметить, есть ли выраженные акцентуации характера (гипертимный тип, дистимный, циклотимный, демонстративный, возбудимый, тревожный, эмотивный, педантичный, застревающий и др.).
При описании черт характера указать на положительные и отрицательные его черты, которые подкрепляются примерами из жизни.

IV. МОТИВАЦИЯ

Это система побуждений, которая определяет избирательное отношение и активность человека.
1. Каково соотношение мотивов достижения и избегания, как это выражается в поведении.
2. Оценить выраженность мотивации самоактуализации, привести примеры реализации данного мотива (как человек стремится реализовать свои возможности, способности, направления и способы саморазвития)
3. Планы на будущее: чем намерен заниматься в будущем, где и кем хочет работать, к чему будет стремиться в жизни.
Итак, изучая направленность личности, важно выяснить, какие цели ставит себе, к чему стремится в учебе, спорте, общении, какие проявляет интересы и склонности, чем охотнее всего занимается в свободное время и т.д.

V. СПОСОБНОСТИ

Способности – это индивидуально-варьирующая готовность (возможность) успешно осваивать и осуществлять различные виды деятельности
1. Степень выраженности общих способностей (интеллект), развитие восприятия и наблюдательности, памяти, мышления и речи, воображения, а также внимания и трудолюбия.
2. Развитие специальных способностей: музыкальных, литературных, конструктивно-технических, организаторских, педагогических, спортивных и др.
3. Психомоторные способности: быстрота овладения техникой движений, быстрота реакции, ориентировка в пространстве, двигательная память, тактическое мышление, эмоциональная устойчивость, уровень развития физических качеств и спортивных навыков.
Оценка способностей должна опираться на изучение успешности деятельности характеризуемого.
Укажите, как связаны отмеченные вами способности характеризуемого с профессией или увлечением его родителей, насколько, с вашей точки зрения, наследственно обусловлены имеющиеся задатки.

VI. УЧЕБНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ И ОБЩЕЕ УМСТВЕННОЕ РАЗВИТИЕ

1. Успеваемость: преобладающие оценки, интерес к занятиям и отдельным предметам, отношение к учебной деятельности, её значимость.

2. Старательность и организованность в учебной работе: ежедневно ли и добросовестно выполняет домашнее задание, умеет ли планировать время и собственные действия и т. п.
3. Общий кругозор и начитанность: много ли читает и что любит читать, словарный запас, умение выражать свои мысли.
4. Развитие познавательной сферы:
а) особенности внимания: умение сосредоточиться в нужный момент, устойчивость внимания (может ли длительно работать, не отвлекаясь), распределение внимания (умение одновременно эффективно выполнять несколько дел), переключение внимания (легкость переноса внимания с одного объекта на другой);
б) причины недостаточной сосредоточенности и устойчивости внимания, повышенной отвлекаемости и рассеянности, слабого распределения и переключения;
в) ведущий сенсорный канал, особенности переработки информации;
г) особенности памяти: быстро ли, точно и прочно запоминает учебный материал, какой способ запоминания и заучивания преобладает – смысловой или механический; какой вид памяти лучше развит – зрительный, слуховой, смешанный; какова двигательная память (быстро ли и прочно запоминает упражнения); воспроизведение материала (дается легко, пересказ близко к тексту или своими словами) и др.;
д) особенности мышления: умение ставить задачи, видеть проблемы и решать их, умение анализировать, сравнивать, обобщать, делать выводы и др.; преобладающий вид мышления (наглядно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое, шаблонно-творческое, аналитическое – интуитивное); находчивость и сообразительность и т.д.
5. Какие проблемы и трудности существуют в обучении, их причины, возможные пути решения.

VII. ОСОБЕННОСТИ ОБЩЕНИЯ: ДЕЛОВЫЕ И МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ.

1. Отношения с преподавателями: есть ли взаимопонимание, наблюдается ли конфликты, что цени т и за что уважает отдельных преподавателей, характер общения (только деловой, в рамках учебной деятельности или имеется более тесный контакт на уровне личных взаимоотношений).
2. Отношения со сверстниками: много ли друзей, пользуется ли популярностью в группе (его социометрический статус), имеет ли свое мнение, отстаивает его или ориентируется на мнение группы; ограничивается ли общение деловыми (учебными) отношениями или складывается более тесные контакты на основе общих интересов и симпатий; круг общения вне учебного заведения.

ВЫВОДЫ

1. Сжатая, но содержательная характеристика индивидуальности характеризуемого, оттеняющая его непохожесть на других людей (на основе анализа всего предшествующего материала).
2. Прогноз дальнейшего развития личности, возможные психологические проблемы.

ТИПИЧНЫЕ ОШИБКИ ПРИ НАПИСАНИИ ХАРАКТЕРИСТИК

1. Главной ошибкой чаще всего является краткое, формальное (в виде перечня ответов на пункты схемы характеристики) написание, которое не дает возможности увидеть индивидуальность.

Выводы и суждения не подтверждаются примерами из жизни.

Подробный анализ большого количества студенческих работ, который провел А.Э. Штейнмец, позволил ему обратить внимание на следующие аспекты при составлении характеристик:

а) характеристики могут быть составлены только на основе житейских суждений, без использования соответствующих знаний и научных понятий;

б) формальное применение знаний, например, «Мышление словесно–логическое, интуитивное, практическое; внимание - произвольное; память – смысловая…». А ведь задача заключается – в раскрытии индивидуальных особенностей мышления, памяти, внимания у конкретного человека;

в) применение знаний с ошибками, обусловленное некачественным усвоением соответствующих понятий. Например, «по темпераменту – флегматик. Он спокойный, уравновешенный, общительный; легко переходит от одной деятельности к другой…». Здесь наблюдается смешение темперамента сангвиника и флегматика.

2. Неумение видеть противоречия и проблемы в личности и поведении человека, а, следовательно, неумение оказать помощь в их разрешении. Так, например, диагностирован высокий статус в группе, что подтвердилось при проведении социометрии. Однако в специальном опыте была выявлена низкая самооценка. Этому противоречию не было придано особого значения.

Другой пример, студенты часто отмечают, описывая характер: «Человек трудолюбивый, старательный, может добиваться своих целей…». А далее подчеркивают, что главным недостатком этого человека является лень.

При написании характеристики очень важно на основе наблюдений, исследований, бесед с различными людьми уметь сравнивать полученные результаты, делать обобщения, рассуждать и пытаться искать причины возникающих проблем и противоречий в жизни конкретного человека и намечать возможные пути их решения.

КЕЙС-ЗАДАНИЯ

ТЕМА: ЧЕЛОВЕК КАК ОБЪЕКТ ПСИХОЛОГИИ

Задание. Какие из перечисленных характеристик относятся к человеку как к личности, а какие – как к индивиду?

Целеустремленность, упрямство, вдумчивость, высокая эмоциональность, старательность, цельность, приятный голос, общественная активность, критичность ума, прекрасная дикция, средний рост, музыкальность, вспыльчивость, моральная воспитанность, низкая адаптация к темноте, ригидность, трудолюбие, плохая пространственная координация, голубые глаза, хороший слух, идейная убежденность, внимательность, подвижность, честность, вера, страх, благородство, авторитет, речь, темперамент, инстинкты, убеждения, знания, задатки, идеалы, возрастные особенности чувств, механическая память, мышление, язык, музыкальный слух, гуманность.

Задание. Даны образцы проявления в поведении людей свойств индивида и свойств личности. Выберите те образцы поведения, которые характеризуют индивида, и те, которые характеризуют личность.

А. У девочки наблюдается медлительность в моторике, в речи, в мышлении, в протекании других познавательных процессов, в возникновении чувств. Она медленно и с трудом переключается с одной деятельности на другую.

Б. Студент рассказал о том, как он распределяет время между учёбой, спортом и личной жизнью.

В. Гражданин М. вступил в политическую партию.

Г. Преподаватель Г. отличается выразительной мимикой, резкими движениями и быстрой походкой.

Д. Учитель внёс предложения, осуществление которых значительно повысило успеваемость в школе.

Е. У учителя Ш. прекрасная дикция и приятный голос.

ТЕМА: ТЕМПЕРАМЕНТ.

Задание. Укажите те особенности, которые характеризуют сангвиника, флегматика, холерика и меланхолика.

1. повышенная активность,
2. длительная работоспособность,
3. энергичность,
4. сдержанность,
5. вспыльчивость,
6. непоседливость,
7. терпеливость,
8. медленность движений и речи,
9. медленная смена чувств и настроений,
10. слабая эмоциональная возбудимость,
11. быстрое усвоение и перестройка навыков,
12. эффективность,
13. вялость,

14. выразительность мимики и пантомимики,
15. молчаливость,
16. гиперсензитивность (высокая чувствительность).

Задание. Укажите те особенности, которые характеризуют сангвиника, флегматика, холерика и меланхолика.
Повышенная активность, длительная работоспособность, энергичность, сдержанность, вспыльчивость, непоседливость, терпеливость, медленность движений и речи, медленная смена чувств и настроений, слабая эмоциональная возбудимость, быстрое усвоение и перестройка навыков, эффективность, вялость, выразительность мимики и пантомимики, молчаливость, гиперсензитивность (высокая чувствительность).

Задание. Иммануил Кант дал психологическое описание темпераментов, которые приводятся ниже. Вставьте пропущенные названия темпераментов.
1. ...темперамент узнается по горячности, вспыльчивости, честолюбию.
2. ...темперамент свойствен «людям веселого нрава».
3. ....трудно вывести из равновесия, они постоянны в своих симпатиях и антипатиях, интересах и занятиях.
4. ....темперамент связан с принципиальностью, глубоким обдумыванием своих слов и действий.
5. ....темперамент связан с беспокойством, тревожностью, пессимизмом.
6. Эмоции ... быстры, но поверхностны, деятельность бурная, но непродолжительная.
7. У... сильно развито чувство долга.
8. ... — шутник, хороший собеседник, легко завязывает дружбу.
9. ....темперамент присущ «людям мрачного нрава».
10.....очень уживчивы, с виду мягки и покорны, но постепенно захватывают власть над людьми и обстановкой, так как обладают непреклонной, но благоразумной волей.
11....вдумчивы, но постоянно сомневаются в правильности и успешности своей деятельности, недоверчивы, озабочены, безрадостны.
12....избегает ответственности и труда, но обладает организаторскими качествами и готов быть начальником.
13....можно узнать по следующим проявлениям: это человек беззлобный, полный надежд, мысли и настроения которого легко меняются.
14....часто корыстен, но пасует перед препятствиями: достаточно едкого остроумия, чтобы исчез ореол его важности.
15....необязательны, недостаточно рассудительны, забывчивы, ничему не придают большого значения.
16....любит церемонии, общественную деятельность, натянут и напыщен,

охотно протежирует (часто на словах) и любит иметь при себе льстеца, служащего мишенью для его остроумия.

17.... не способен долго расстраиваться, печали его неглубоки.

18.У ... низкая работоспособность, он предпочитает легкие, игровые занятия.

19....долго раскачиваются, приступая к деятельности, но выполняют ее качественно и ответственно.

ТЕМА: СПОСОБНОСТИ

Задание. Прокомментируете данные суждения. Каково соотношение задатков и способностей в человеке?

1. Рафаэлем может стать только тот, «в ком сидит Рафаэль», но удастся ли индивиду вроде Рафаэля развить свой талант — это целиком зависит от спроса, который в свою очередь зависит от разделения труда и от порожденных им условий просвещения людей.

2. Человек никогда бы не проявил своих способностей, если бы не родился с соответствующими генами музыкальных, технических, литературных, интеллектуальных и т.д. способностей... Развитие способностей носит имманентный характер, совершается по принципу присущей самому организму внутренней целесообразности... совершенно независимо от влияний внешней среды.

3.Абсолютный слух как способность не существует у ребенка до того, как он впервые стал перед задачей узнавать высоту звука. До этого существовал только задаток как анатомо-физиологический факт.

Задание. Переведите на язык современной научной психологии следующие афоризмы.

1. Делать легко то, что для других трудно, — это талант; делать то, что для таланта невозможно, — это гений (Амьель).
2. Гений есть не что иное, как дар огромного терпения (Бюффон).
3. Гений — это способность видеть невидимое, двигать неосязаемое, рисовать то, что не имеет формы (Жубер).
4. Гений — один процент вдохновения и девяносто девять процентов пота (Эдисон).
5. Во всяком творении гения мы узнаем собственные отвергнутые мысли (Эмерсон).
6. Талант на одну треть состоит из инстинкта, на одну треть — из памяти и на одну треть — из воли (Досси).
7. Талант — дар, над которым властвует человек; гений — дар, властвующий над самим человеком (Лоуэлл).
8. Талант работает, гений творит (Шуман).
9. Широта ума, сила воображения и активность души — вот что такое гений (Дидро).
10. Гений — это неспособность ничего не делать (Дюбо).
11. Не может быть гения без исключительной энергии и исключительной ра-

ботоспособности (В. Либкнехт).
12. Без страсти нет гениальности (Моммзен).
13. Талант без гения не намного возвышается над уровнем голой виртуозности (Гегель).
14. Чтобы иметь талант, нужно быть уверенным, что обладаешь им (Флобер).
15.

Задание. Познакомьтесь с определениями способностей, выработанными в отечественной психологии. Определите, в чем все психологи сходятся, а в чем их позиции различаются. Обобщите приведенные определения, сформулируйте наиболее полное понятие способности.

1**.** *Б.М. Теплов*: «Под способностями подразумеваются индивидуально – психологические особенности, отличающие одного человека от другого; способностями называют не всякие вообще индивидуальные особенности, а лишь такие, которые имеют отношение к успешности выполнения какой – либо деятельности или многих видов деятельности; понятие «способность» не сводится к тем знаниям, навыкам или умениям, которые уже выработаны у данного человека».

2. *Н.В. Кузьмина*: «Способности — индивидуально устойчивые свойства личности, состоящие в специфической чувствительности к объекту, средствам, условиям деятельности и нахождению (т.е. созданию) наиболее продуктивных способов получения искомых результатов в ней»

3. *Л. А. Венгер*: «Способности — ориентировочные действия».

4.*А.Н. Леонтьев*: «Природные способности — это не задатки, а то, что формируется на их основе».

5. *С.Л. Рубинштейн*: «Способность — это сложная синтетическая особенность личности, которая определяет ее пригодность к деятельности. Более или менее специфические качества, которые требуются для определенной деятельности и через посредство ее могут сформироваться на базе тех или иных задатков. Все специальные способности человека — это, в конце концов, различные проявления, стороны общей его способности к освоению достижений человеческой культуры и ее дальнейшему продвижению».

6. *В.Д. Шадриков*: «Способности — свойство функциональных систем, реализующих отдельные психические функции, которые имеют индивидуальную меру выраженности, проявляющуюся в успешности и качественном своеобразии выполнения деятельности».

7.*А.А. Ухтомский*: «Способности — наиболее явно выраженные функциональные органы человека».

8**.** *Н.С. Лейтес*: «Способности — особенности психики, отличающие людей друг от друга по темпу продвижения, по значительности и своеобразию достигаемых результатов при относительно равном запасе знаний, навыков и одинаковом отношении к деятельности».

9. *Ю.Б. Гиппенрейтер*: «Способности определяются как индивидуально – психологические особенности человека, которые выражают его готовность к овладению определенными видами деятельности и к их успешному осуществлению. Способности являются наиболее ярким, определяющим выра-

жением человеческой индивидуальности, именно они характеризуют его как активного субъекта деятельности».

ТЕМА. СВОЙСТВА ЛИЧНОСТИ.

Задание. Психические свойства личности могут быть условно объединены в три группы: свойства темперамента, свойства характера и способности. Классифицируйте понятия из приведенного списка по этим трем группам. вспыльчивый, нежный, справедливый, смелый, остроумный, трудолюбивый, честный, вежливый, воспитанный, горячий, черствый, умный, пылкий, отходчивый, послушный, красноречивый, суетливый, спокойный, глупый, непоседа, решительный, ловкий, необузданный, ленивый, находчивый, неряшливый, благородный, щедрый, недотепа, плакса, доброжелательный, предприимчивый, осторожный, самоуверенный, чуткий, ранимый, возбудимый, эгоистичный, энергичный, инициативный, медлительный, услужливый.

Задание. Из указанных в скобках слов выберите те (то), которые находятся к данному слову в том же отношении, что и в приведенном образце. Укажите принцип построения аналогии.

1. Образец*: психика* – мозг

Темперамент: ... (характер, эмоции, тип нервной системы, знания, отражение)

2. Образец: *способности* – задатки

Темперамент: ... (активность, деятельность, талант, тип нервной системы, индивидуальность, мозг)

3. Образец: *темперамент* – тип высшей нервной деятельности.

Характер – (наследственность, воспитание, отражение, акцентуация, темперамент).

4. Образец: *темперамент* – сангвиник.

Акцентуация характера – (эмоции, темперамент, психастения, мотивация)

ТЕМА: ЭМОЦИИ И ЧУВСТВА.

Задание. Определите, к какой категории эмоциональных явлений (положительные и отрицательные эмоции, стенические и астенические эмоции, настроение, аффект, страсть, стресс) относится переживание, описанное в каждом случае. По каким признакам это можно установить?

А. Спортсмен С. Перед стартом на ответственных соревнованиях сначала «метался из угла в угол», потирал ладони, громко смеялся, но затем вдруг как-то сник, замолк – впал в состояние стартовой апатии.

Б. Миша всерьёз увлёкся футболом. Целыми днями он пропадал на стадионе. Дома только и было разговоров: о голах, пасах, великих футболистах.

В. Играть с А. Беловым было одно удовольствие – сказка. Он никогда не выговаривал партнёру за неудачно посланный мяч. Любой пас в сторону Белова всегда доходил до цели.

Г. Не сумев организовать учащихся на урок, учитель вышел из класса, хлопнув дверью.

Д. Забив долгожданный гол, игроки команды устроили «кучу малу», а потом с удвоенной энергией провели остаток встречи, что было вознаграждено ещё одним голом.

Задание. Назовите самую «холодную» и самую «горячую» эмоции человека, самую «громкую» и самую «тихую», самую «сильную» и самую «слабую». Какие эмоции образуют «враждебную триаду»?

Задание. Определите, какие из перечисленных ниже чувств относятся к нравственным, какие – к интеллектуальным, и какие – к эстетическим. Вдохновение, угрызение совести, чувство товарищества; удивление; чувство прекрасного; восхищение; чувство долга; чувство иронии; злорадство; чувство комического; чувство юмора; уверенность; чувство справедливости; чувство трагического; сомнение; чувство стыда; зависть; недоумение; энтузиазм; страсть к творчеству.

Задание. «Проверьте алгеброй гармонию», попытавшись объяснить, за счет чего в стихах возникает эмоциональный настрой. Выделите ключевые слова, создающие настроение — какое?

1. До свиданья, друг мой, до свиданья.
Милый мой, ты у меня в груди.
Предназначенное расставанье
Обещает встречу впереди.
До свиданья, друг мой, без руки, без слова,
Не грусти и не печаль бровей, —
В этой жизни умирать не ново,
Но и жить, конечно, не новей. (С. Есенин)

2. Писала я на аспидной доске,
И на листочках вееров поблеклых,
И на речном, и на морском песке,
Коньками по льду и кольцом на стеклах, —
И на стволах, которым сотни зим...
И, наконец, — чтоб было всем известно! —
Что ты любим! любим! любим! любим! —
Расписывалась — радугой небесной. (М. Цветаева)

3....И в яму, в бородавчатую темь
скольжу к обледенелой водокачке
и, спотыкаясь, мертвый воздух ем,
и разлетаются грачи в горячке,
и я за ними ахаю, крича,
в какой-то мерзлый, деревянный короб... (О. Мандельштам)

4. ...Сегодня чувствую в сердце
неясную дрожь созвездий,
но глохнут в душе тумана
моя тропинка и песня.
Свет мои крылья ломает,

и боль печали и знанья
в чистом источнике мысли
полощет воспоминанья... (Ф. Гарсиа Лорка)

Задание. Какое психическое состояние описано в приведенных примерах? Что вы можете сказать о людях, так по-разному переживающих данное состояние? Зависит ли это переживание от личностных особенностей?

1. Сердце его вдруг стукнуло и на мгновение куда-то провалилось, потом вернулось, но тупой иглой, засевшей в нем. Кроме того, Берлиоза охватил необоснованный, но столь сильный страх, что ему захотелось бежать с Патриарших без оглядки. Берлиоз тоскливо оглянулся, не понимая, что его напугало, он побледнел, вытер платком лоб, подумал: «Что со мной?» (М.А. Булгаков).

2. Странное ощущение овладело им в этом тусклом и душном коридоре, ощущение, мучительно стремившееся осуществиться в какую-то мысль; но он все не мог догадаться, в чем состояла эта новая напрашивающаяся мысль. Он вышел наконец, сам не свой, из трактира; голова его кружилась; но – куда, однако же ехать? Он бросился опять к Рогожину… Странно: то был он чрезвычайно заметлив, то вдруг становился рассеян до невозможности…

Несмотря на все утешения и обнадеживания, совершенное отчаяние овладело душой князя. В невыразимой тоске дошел он пешком до своего трактира. Летний, пыльный, душный Петербург давил его как в тисках, он толкался между суровым или пьяным народом, всматривался без цели в лица, может быть, прошел гораздо больше, чем следовало… Он вздрогнул: давешняя напрашивающаяся мысль вдруг вошла ему в голову. Она состояла отчасти в том, что если Рогожин в Петербурге, то хотя бы он и скрывался на время, а все-таки непременно кончит тем, что приедет к нему, к князю, с добрым или с дурным намерением … (Ф.М. Достоевский).

ТЕМА: ВОЛЯ.

Задание. Определите, какие волевые качества (возбудимость волевого усилия, длительность волевого усилия, энергичность, подавление действия или способность к задержке) проявились в каждой из описанных ситуаций.

1. Согласно преданию, греческий воин, пробежав более 40 км из местечка Марафон в Афины и сообщив весть о победе греков над персами, упал мертвым на городской площади.

2. Конструктор А., учась в школе, плохо чертил и решил совершенствовать свои умения. Для начала он стал заниматься в чертежной группе. Поскольку занятия проводились по понедельникам, ему приходилось каждое воскресенье проводить за чертежами. Много раз ему хотелось бросить, но он чертил, переделывал каждую работу по 5-6 раз. Через два года занятий учитель черчения назвал его чертежи лучшими в школе.

3. Десятиклассник Б., возвращаясь из школы вдоль берега замерзшей реки, услышал слабые крики о помощи и увидел двух барахтающихся в обломках льда ребятишек. Юноша сбросил обувь, пальто и прыгнул в ледяную воду.

4. Шестиклассник В., чтобы развить свою волю, часто прибегал к такому приему: прерывал чтение интересной книги на самом захватывающем месте и не прикасался к ней 2-3 дня.

ТЕМА: ОЩУЩЕНИЯ И ВОСПРИЯТИЕ. ВНИМАНИЕ.

Задание. Выделите особенности, которые характерны:

А – для ощущения; Б – для восприятия.

1. Возникает в результате преобразования специфической энергии раздражителя в энергию нервных процессов.
2. Отражение в сознании человека предметов или явлений при их непосредственном воздействии на органы чувств.
3. Позволяет познавать предмет как целое.
4. Для отражения форм движения материи отличается качественным многообразием.
5. Не возникает одновременно с началом действия раздражителя.
6. Зависит от уровня бодрствования, а также от внимания субъекта.
7. Необходимы специализированные каналы, по которым внешний мир проникает в человеческое сознание.
8. Саморегулирующееся действие, обладающее механизмом обратной связи.

Задание. Выделите особенности, которые характерны:

А – для ощущения; Б – для восприятия.

1. Возникает в результате преобразования специфической энергии раздражителя в энергию нервных процессов.
2. Отражение в сознании человека предметов или явлений при их непосредственном воздействии на органы чувств.
3. Позволяет познавать предмет как целое.
4. Для отражения форм движения материи отличается качественным многообразием.
5. Не возникает одновременно с началом действия раздражителя.
6. Зависит от уровня бодрствования, а также от внимания субъекта.
7. Необходимы специализированные каналы, по которым внешний мир проникает в человеческое сознание.
8. Саморегулирующееся действие, обладающее механизмом обратной связи.

Задание. Дополните высказывание.

1. Зависимость восприятия от прошлого опыта и направленности личности называется …
2. Слушая музыку, мы воспринимаем не отдельные звуки, а мелодию, благодаря … восприятия.
3. Форма целостного психического отражения предметов или явлений при их непосредственном воздействии на органы чувств ─ …
4. Относительное постоянство образов предметов при изменении условий восприятия называется …
5. Искаженное отражение реальности, носящее устойчивый характер,

называется …

Задание. Установите соответствие между психическими процессами и их свойствами.
1. Восприятие.
2. Ощущение.
3. Внимание.
а) осмысленность, константность;
б) длительность, интенсивность;
в) концентрация, устойчивость.

Задание.Из указанных в скобках слов выберите то, которое находится к данному слову в том же отношении, что и в приведенном образце.
1.Образец: *восприятие* – константность
Внимание: (возбуждение, интерес, предметность, впечатлительность, способность)
2.Образец: *деятельность* – игра
Внимание: ... (концентрация внимания, восприятие, распределение внимания, сосредоточение сознания, непроизвольное внимание)
3. Образец: *восприятие* ─ чувственный образ.
Понятие: ... (обобщенное отражение, информация, психика, мысль).

Задание.Из указанных в скобках слов выберите то, которое находится к данному слову в том же отношении, что и в приведенном образце.
1.Образец: *восприятие* – константность
Внимание: (возбуждение, интерес, предметность, впечатлительность, способность)
2.Образец: *деятельность* – игра
Внимание: ... (концентрация внимания, восприятие, распределение внимания, сосредоточение сознания, непроизвольное внимание)
3. Образец: *восприятие* ─ чувственный образ.
Понятие: ... (обобщенное отражение, информация, психика, мысль).

ТЕМА: ПАМЯТЬ.
Задание. Установите соответствие между типами памяти и особенно хорошо запоминаемым материалом.
1. Словесно-логический тип памяти.
2. Наглядно-образный тип памяти.
3. Эмоциональный тип памяти.
А. Абстрактный материал.
Б. Чувства.
В. Зрительные образы.

Задание. Проанализируйте следующие утверждения. Какие из них неверны и почему?

1. Механизм кратковременной памяти позволяет информации сохраняться меньше секунды.
2. В случае если требуется на короткое время сохранить информацию, состоящую более чем из 4 элементов, мозг автоматически осуществляет их перегруппировку.
3. Емкость долговременной памяти и длительность хранения в ней информации зависит от важности запоминаемого материала.
4. Информация всегда легче воспроизводится в том же самом контексте, в котором происходило ее запоминание.
5. Мы всегда дольше помним о работе, которую успели закончить.
6. Серьезная проработка материала в течение короткого времени приводит к более эффективному запоминанию, чем длительное его изучение.
7. Эпизодическая память состоит из всех структур, свойственных той или иной культуре и позволяющих организовать познание мира.
8. В отличие от пространственной и последовательной организации памяти ассоциативная и иерархическая организация ее обусловлена «внешними» факторами.
9. Всегда легче вспомнить какой-либо элемент прошлого опыта, чем узнать его среди других предъявляемых предметов.
10. Кратковременная память существенно улучшается в возрасте от 5 до 11 лет.
11. Процессы памяти не связаны с процессами мышления.
12. В оперативной памяти информация сохраняется на более длительный срок, чем в кратковременной памяти.

Задание. Анализируя следующие высказывания, объясните взаимосвязь памяти и других психических функций.
1. Народная мудрость гласит: пустая голова не думает.
2. Богатство памяти — мера освоения материальной и духовной реальности.
3. Хорошая память — основа обучения.
4. Чем человек умней, тем лучше его память.
5. Богатый запас слов — показатель хорошей памяти и хорошего ума.
6. Любая научная работа делает память лучше.
7. Если человек утрачивает память, он теряет ум.
8. Без памяти человек перестает быть личностью.
9. Благодаря памяти человек становится человеком.
10. Если есть хорошая память, можно удовольствоваться весьма средним интеллектом.

Задание. Какие механизмы памяти определяют поведение героев следующих ситуаций?
1. В рассказе А. П. Чехова «Лошадиная фамилия» говорится о том, что исчезнувшая из памяти фамилия Овсов всплыла снова, как только доктор напомнил о продаже овса.

2. В фильме «Огни большого города» герой Ч. Чаплина спасает пьяного миллионера от самоубийства. Всякий раз, когда миллионер в пьяном виде встречает Чарли, он обходится с ним как с лучшим другом и приглашает к себе в гости, но трезвея под утро, он видит в Чарли лишь незваного гостя и быстро выставляет его за дверь.
3. Вспоминая о событиях, свидетелем которых он был, человек с расистскими взглядами склонен будет указать на «инородца» (негра, китайца, чеченца), сексуально озабоченный человек будет во многом видеть сексуальную агрессию, а человек с тревожно-мнительным характером будет убежден, что «так и должно было случиться».
4. Персонаж рассказа А. П. Чехова «Мальчик» девочка Маша, взглядывая на другого героя, Чечевицына, задумывалась и говорила со вздохом: «Когда пост, няня говорит, надо кушать горох и чечевицу». Или вспоминала при этом: «А у нас чечевицу вчера готовили». (По О. В. Турусовой)
Задание. А. Р. Лурия в течение нескольких лет наблюдал человека с феноменальной памятью. Познакомьтесь с некоторыми фактами, описанными в книге А. Р. Лурии, и определите недостатки интеллектуальной деятельности Шеришевского, вытекающие из особенностей организации его памяти.
1. Шеришевский мог без ошибок повторить последовательность из 400 слов через 20 лет. Один из секретов его памяти состоял в том, что его восприятие было комплексным, синтетическим. Образы (зрительные, слуховые, вкусовые и т.д.) сливались у него в единое целое. Шеришевский слышал свет и видел звук, он воспринимал на слух слово и цвет. «У вас такой желтый и рассыпчатый голос», — говорил он. Композиторы Скрябин, Чюрленис обладали подобной синестезией: звук порождал у них переживание цвета, вкуса, прикосновения.
2. Шеришевский мог произвольно и точно вспомнить все, что запомнилось много лет назад. Помогало ему в этом умение ярко зрительно представить себе запоминаемое (например, семерку он воспринимал как человека с усами). Но это же создавало ему затруднения при чтении, поскольку каждое слово порождало яркий образ и это мешало пониманию.
Кроме того, восприятие его было очень конкретным, абстрактные понятия были трудны из-за их несопоставимости с какими-то конкретными зрительными образами.
3. Однажды Шеришевскому в большой аудитории для запоминания зачитали длинный список слов и попросили воспроизвести. Он сделал это безукоризненно. Затем его спросили, было ли в ряду слово, обозначающее инфекционное заболевание. Вся аудитория мгновенно вспомнила это слово — «тиф», а Шеришевскому потребовалось для этого целых две минуты, поскольку он действовал перебором в уме по порядку слов из списка.
4. А. Р. Лурия обнаружил, что запоминание у Шеришевского подчинялось скорее законам восприятия и внимания, а не законам памяти: он не воспроизводил слово, если плохо видел его, так как не мог "считать"; припоминание зависело от освещенности и размера образа, от его расположения, от того, не затемнился ли образ пятном, возникшим от постороннего голоса. Чтение бы-

ло для него пыткой: он с трудом пробирался сквозь зрительные образы, которые помимо его воли вырастали вокруг каждого слова, что очень утомляло его. Были и большие трудности с забыванием: ему приходилось изобретать специальные приемы, чтобы забывать. Понимание сложных и отвлеченных логико-грамматических структур протекало у него труднее, чем у людей, не обладающих столь сильной памятью.

ТЕМА: МЫШЛЕНИЕ.

Задача. Дополните высказывание.

1. Мгновенное осознание решения некоторой проблемы ─ …
2. Мыслительная операция, позволяющая в едином аналитико-синтетическом процессе мышления переходить от частей к целому ─ …
3. Форма мышления, отражающая связи между предметами и явлениями; утверждение или отрицание чего-либо ─ …
4. Умозаключение, в котором вывод делается на основании частичного сходства между явлениями, без достаточного исследования всех условий называется …
5. Умение человека объективно оценивать других и себя ─ …
6. Умение проникать в сущность сложных вопросов ─ …

Задача. Прокомментируйте приведенные определения мышления и выберите, на ваш взгляд, наиболее правильные.

1. Мышление — процесс, всегда опирающийся на данные чувственного опыта.
2. Мышление — это простая цепь ассоциаций, протекающих в сознании.
3. Мышление — это опосредованное и обобщенное отражение действительности, вид умственной деятельности, заключающийся в познании сущности вещей и явлений, закономерных связей и отношений между ними.
4. Мышление — это процесс переработки созерцания и представлений в понятия.
5. Мышление — это процесс переработки информации.
6. Мысль — это биотоки мозга.

ТЕМА: ВООБРАЖЕНИЕ.

Задание. Какие из перечисленных психологических явлений можно отнести к продуктам пассивного, а какие – к продуктам активного воображения? Мечта; образы, соответствующие схеме описания ситуации; образы сновидений; образы, направленные на тот или иной способ разрешения ситуации; «вневременные» и «внепространственные образы»; образы, исходящие от самого субъекта как участника разворачивающихся событий; образы, направленные на решение творческой или личностной задачи; образы, не связанные с волей

Задание. Ответьте на следующие вопросы.

1. В чем проявляется отличие мышления человека от мышления животных? Приведите примеры, подтверждающие многогранность человеческого мышления.

2. В чем отличие понятий от представлений и как они взаимосвязаны? Проиллюстрируйте примерами.
3. Можно ли говорить о наличии воображения у животных? Дайте психологическое объяснение.
4. Какой вид воображения преобладает в деятельности художника, писателя? По каким признакам это можно установить?
5. В чем заключается связь сновидений с реальностью?

«СОГЛАСОВАНО»
Ответственный за ОПОП
к.п.н., доцент кафедры туризма
и спортивного ориентирования З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и молодёжной политике
А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

основной профессиональной основной образовательной программы по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм, спортивно-оздоровительный туризм»

Профиль программы: «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 3,4
Семестр – 6,7
Итоговая форма контроля – экзамен (7 семестр)

Рабочую программу разработал:
к.пед.н., доцент И.О. Смолдовская

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка……... 3

1.1 Выписка из ФГОС 3++ ……..… 3

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины……... 5

2. Результаты обучения по дисциплине……... 5

3. Место дисциплины в структуре ОПОП…….. 8

4. Объем дисциплины и виды учебной работы ……..... 8

5. Содержание дисциплины ……..... 8

5.1 Количество часов по видам занятий…….……..…. 8

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий…….……..…. 9

5.2.1 Содержание лекционных занятий…….. 9

5.2.2 Содержание практических занятий…… 12

6. Самостоятельная работа студентов……..... 14

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации…... 17

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины ……..…….. 17

7.2 Типовые контрольные задания ……..... 20

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля…. 20

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине……..…….. 20

7.2.3 Вопросы к экзамену……..…….…….. 31

8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины ……..... 34

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины……. 35

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.. 36

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины…….. 40

1. Пояснительная записка

1.1 Выписка из ФГОС 3++

Федеральный государственный образовательный стандарт 3++ по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» утвержден Приказом Минобрнауки России от 09.02.2016 № 90.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включают:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения);

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники могут готовиться к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

тренерские;

педагогические;

рекреационно-оздоровительные;

организационно-методические;

организационно-управленческие;

научно-исследовательские.

При разработке программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата, которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путем ориентации ее на:

- область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;
- тип (типы) задач профессиональной деятельности выпускников;
- при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Совокупность компетенций, установленных программой бакалавриата, должна обеспечивать выпускнику способность осуществлять профессиональную деятельность не менее чем в одной области и сфере профессиональной деятельности и решать задачи профессиональной деятельности не менее чем одного типа.

Организация устанавливает в программе бакалавриата индикаторы достижения компетенций (УК, ОПК, ПК-обязательных) в соответствии с инди-

каторами достижения компетенций, установленными примерной основной образовательной программой (ПООП),рекомендуемых ПК и самостоятельно установленных ПК (при наличии) – самостоятельно.

Организация самостоятельно планирует результаты обучения по дисциплинам и практикам, которые должны быть соотнесены с установленными в программе бакалавриата индикаторами достижения компетенций. Совокупность запланированных результатов обучения должна обеспечивать формирование у выпускников всех компетенций, установленных программой бакалавриата.

Перечень профессиональных стандартов (ПС), соответствующих профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата по направлению 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»:

- 01.001 – Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 года № 544н, с изменением, внесенным от 25 декабря 2014 года №1115н и от 5 августа 2016 г. №422н, (ПОО);
- 01.003 – Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 года № 298н, (ПДО);
- 01.004 – Профессиональный стандарт «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования» утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 8 сентября 2015 года № 608н, (ППО).
- 04.005 - Профессиональный стандарт «Экскурсовод (гид)» утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 4 августа 2014 года N 539н;
- 05.003- Профессиональный стандарт «Тренер», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 28 марта 2019 года № 191н;
- 05.005 Профессиональный стандарт «Инструктор-методист», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 8 сентября 2014 года № 630н, с изменениями внесенным приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 12декабря 2016 года № 727н;
- 05.007 Профессиональный стандарт «Спортивный судья», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 28 марта 2019 года № 193н;
- 05.008 Профессиональный стандарт «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 29 октября 2015 года № 798н.

1.2 Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Психология физической культуры» реализуется в рамках обязательной части Блока 1 учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.03.03– «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм, спортивно-оздоровительный туризм».

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3,4 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – экзамен.

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Психология физической культуры» состоит из двух самостоятельных разделов:

- психологические основы спортивной деятельности;
- психология педагогического мастерства.

Учебный процесс по дисциплине «Психология физической культуры» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекций и микролекций, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, самостоятельная разработка лекций.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.

ОПК-1 – Способен планировать содержание занятий с учётом положений теории ФК, физиологической характеристики нагрузки анатомо-морфологического и психологического состояния занимающихся различного возраста.

ОПК- 9 – Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, физической подготовки и психологического состояния здоровья.

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать: основные категории и понятия психологии физической культуры и спорта; места психологии	Педагог А/03.6 (Развивающая деятельность)	УК-3

физической культуры и спорта в системе психологических наук; психологические аспекты обучения, воспитания и спортивного совершенствования; развития психомоторных, познавательных способностей; эмоционально-волевую сферу в процессе физического воспитания; влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды); методы его изучения и коррекции; психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре спорте. Уметь: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования. Иметь опыт: способов спортивной психодиагностики, психорегуляции; методов спортивного отбора.	А/01.6 (Общепедагогическая функция. Обучение) Педагог дополнительного образования А/01.6 (Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы)	
Знать: основные категории и понятия психологии физической культуры и спорта; места психологии физической культуры и спорта в системе психологических наук; психологические аспекты обучения, воспитания и спортивного совершенствования; развития психомоторных, познавательных способностей; эмоционально-волевую сферу в процессе физического воспитания; влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды); методы его изучения и коррекции; психологическое значение возрастно-половых	Педагог А/01.6(Общепедагогическая функция. Обучение) А/02.6 (Воспитательная деятельность) А/03.6 (Развивающая деятельность) Педагог дополнительного образования А/01.6 (Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы) Педагог профессионального обучения, профессио-	ОПК-1

факторов в физической культуре спорте. Уметь: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования. Иметь опыт: способов спортивной психодиагностики, психорегуляции; методов спортивного отбора.	нального образования, дополнительного профессионального образования А/01.6 (Организация учебной деятельности обучающихся по освоению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ профессионального обучения, СПО и (или) ДПП)	
Знать: основные категории и понятия психологии физической культуры и спорта; места психологии физической культуры и спорта в системе психологических наук; психологические аспекты обучения, воспитания и спортивного совершенствования; развития психомоторных, познавательных способностей; эмоционально-волевую сферу в процессе физического воспитания; влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды); методы его изучения и коррекции; психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре спорте. Уметь: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования. Иметь опыт: способов спортивной психодиагностики, психорегуляции; методов спортивного отбора.	Педагог А/01.6(Общепедагогическая функция. Обучение) А/02.6 (Воспитательная деятельность) А/03.6 (Развивающая деятельность) Педагог дополнительного образования А/01.6 (Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы) Педагог профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования А/01.6 (Организация учебной деятельности обучающихся по освоению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ профессионального обучения, СПО и (или) ДПП)	ОПК-9

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Психология физической культуры» относится к базовой части образовательной программы (Б1.О.10). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3,4 курсе по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля – экзамен. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: психология, педагогика, теоретико-методические основы физической культуры и спорта.

Дисциплина «Психология физической культуры» является предшествующей для следующих дисциплин: методика проведения различных видов занятий в ВУЗе, современные проблемы наук о физической культуре и спорте.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Психология физической культуры» имеет трудоёмкость, равную 3 зачётным единицам (108 часов).

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр 7,8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		16	16
Лекции		4	4
Практические занятия		12	12
Промежуточная аттестация (экзамен)		9	9
Самостоятельная работа		83	83
Общая трудоемкость	часы	108	108
	ЗЕ	3	3

5. Содержание дисциплины
5.1 Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лекции	Практич. занятия	Самост. работа
1	2	3	4	5
1. Введение в психологию физической культуры и спорта. Формирование спортивной мотивации.	4	2		4
2. Психологические особенности	4		2	2

личности и деятельности спортивного педагога.				
3. Психологические основы формирования личности в процессе занятий физической культурой и спортом. Формирование спортивной агрессивности. Проявление темперамента в спортивной деятельности.	8		2	6
4. Нравственное воспитание в спорте.	2			2
5. Родители спортсмена– как субъкты спортивной деятельности.	2			2
9.Психологические основы учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.	8		2	6
11. Методика формирования оптимального боевого состояния	2			2
12. Психология спортивной команды.	4		2	2
13. Конфликты в спортивной команде	2			2
14. Психологическая подготовка в спорте.	4	2		2
15. Психологические основы тактической подготовки.	2			2
16. Психологические особенности технической подготовки.	4		2	2
17. Психологические особенности физической подготовки.	2			2
18. Волевая подготовка в спорте.	4			2
19. Психорегуляция в спорте	4		2	2
20. Психологический отбор в спорте	2			2
21. Психологические особенности работы с детьми разного возраста	6		2	4
22. Подготовка к экзамену	39			35
Всего:	108	4	12	85

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (4 часа)

1. ТЕМА: Введение в психологию физической культуры и спорта. Формирование спортивной мотивации (2 часа).

Психология физической культуры и спорта, как прикладная научная дисциплина. Значение, предмет и задачи психологии физической культуры и спорта.

Понятие о мотивах и мотивации. Основные потребности ребенка в спорте. Мотивация спортивной деятельности. Факторы, влияющие на мотивы

занятиями физической культурой и спортом. Мотивация достижения. Динамика мотивов в процессе учебно-тренировочной деятельности. Этапы формирования спортивной мотивации. Факторы стимулирующие мотивацию в спорте.
Изучение темы направлено на приобретение:
-знаний: основных категорий и понятий психологии физической культуры и спорта, теорий мотивации в спорте.
-умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования.
-навыков: работы с научно-методической литературой, способов психорегуляции, спортивной; психодиагностики; методов спортивного отбора.
Формирование универсальных компетенций (УК-3), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 1,9).

2. ТЕМА: Психологическая подготовка в спорте (2 часа).

Понятие о психологическом обеспечении и психологической подготовки в спорте. Виды психологической подготовки.

Общая психологическая подготовка спортсмена, ее цели и задачи. Базовые свойства личности и психологические умения, воспитываемые в процессе психологической подготовки.

Психологическая подготовка спортсмена к конкретному соревнованию, ее цели задачи. А.Ц.Пуни о состоянии психической готовности спортсмена, его признаках и системе звеньев его формирования.

Непосредственная психологическая подготовка спортсмена к исполнению спортивного действия. Понятие о секундировании поведения спортсмена в ходе соревнования.

Психолого-методическое обеспечение тренера. Содержание психологического обеспечения спортивной деятельности: психодиагностика, психолого-педагогические и психогигиенические рекомендации, психологическая подготовка, управление состоянием и поведением спортсмена.
Изучение темы направлено на приобретение:
-знаний: основных категорий и понятий психологии физической культуры и спорта; места психологии физической культуры и спорта в системе психологических наук; психологических аспектов обучения, воспитания и спортивного совершенствования; развития психомоторных, познавательных способностей, эмоционально-волевой сферы в процессе физического воспитания, психологическом значении возрастно-половых факторов в физической культуре спорте.
-умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования.
-навыков: способов тактических действий.

Формирование универсальных компетенций (УК-3), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 1,9).

5.2.2. Содержание практических занятий (12 часов)

1. ТЕМА: Психологические особенности личности и деятельности спортивного педагога (2 часа).

Практическое занятие.

1. Психологические особенности деятельности спортивного педагога.
2. Функции тренера и учителя ФК.
3. Авторитет и псивдоавторитет спортивного педагога.
4. Мотивы выбора профессии и особенности образа жизни тренера и учителя физкультуры. Социально-психологический статус этих профессий.
5. Стили руководства и эффективность педагогической деятельности тренера.

Изучение темы направлено на приобретение:

-знаний: основных категорий и понятий психологии физической культуры и спорта; психологических аспектов самосовершенствования спортивного педагога; уровней компетентности тренера.

-умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования.

-навыков: спортивной психодиагностики; методов спортивного отбора.

Формирование универсальных компетенций (УК,3), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 1,9).

2. ТЕМА: Психология спортивной команды. (2 часа).

Практическое занятие.

1. Лидер в спортивной комманде.
2. Социально-психологический климат.
3. Проведение социометрического исследования.
4. Обсуждение результатов социометрии. Социометрические статусы.

Литература:

1.Грибкова,Л.П. Психологические основы оценивания деят.учащ.на уроках фк в нач.шк.: уч.-метод.пос. /Л.П. Грибкова.- Смоленск: СГАФКСТ, 2011.- 87с.

2. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учебное пособие для студентов /Л.П. Грибкова.- Смоленск: СГАФКСТ, 2011.- 72с.

3.Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: Уч-к для вузов.- М.: «Академический Проект»: Фонд «Мир», 2004.- 576 с.

4.Яковлев, Б.П. Основы спортивной психологии: учебное пособие /Б.П.Яковлев.-М.:Советский спорт,2010.- 208с.

Изучение темы направлено на приобретение:

-знаний: основных категорий и понятий психологии физической культуры и спорта; места психологии физической культуры и спорта в системе психологических наук, методах определения психологического климата в спортивной команде.
-умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования.
-навыков: способов психорегуляции, спортивной психодиагностики; методов спортивного отбора.
Формирование универсальных компетенций (УК-3), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 1,9).

3. ТЕМА: Психологические основы учебно-тренировочной и соревновательной деятельности (2 часа).

Практическое занятие.

1. Цель и задачи учебно-тренировочного процесса, условия эффективности. Признаки спортивной формы. Признаки психического напряжения и перенапряжения.
2. Тренировочные психические состояния. Профилактика острых психических перенапряжений.
3. Соревнование как основной вид спортивной деятельности, как процесс борьбы за достижение высших спортивных результатов. Психологические особенности спортивного соревнования. Соревнование как стресс.
4. Признаки динамики психического состояния на соревнованиях. Комплексная регистрация данных для изучения динамики состояний спортсмена.

Литература:

1.Грибкова,Л.П. Психологические основы оценивания деят.учащ.на уроках фк в нач.шк.: уч.-метод.пос. /Л.П. Грибкова.- Смоленск: СГАФКСТ, 2011.- 87с.
2. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учебное пособие для студентов /Л.П. Грибкова.- Смоленск: СГАФКСТ, 2011.- 72с.
3.Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: Уч-к для вузов.- М.: «Академический Проект»: Фонд «Мир», 2004.- 576 с.
4.Яковлев, Б.П. Основы спортивной психологии: учебное пособие /Б.П.Яковлев.-М.:Советский спорт,2010.- 208с.

Изучение темы направлено на приобретение:
-знаний: основных категорий и понятий психологии физической культуры и спорта; места психологии физической культуры и спорта в системе психологических наук; теории стресса и психических состояний, их профилактики.
-умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования.
-навыков: работы с научно-методической литературой, способов психорегуляции, спортивной; психодиагностики; методов спортивного отбора.

Формирование универсальных компетенций (УК-3), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 1,9).

4. ТЕМА: Психорегуляция в спорте (2 часа)

Практическое занятие.

1. Задачи психической регуляции. Основные теоретические подходы к регуляции и саморегуляции психических состояний.
2. Классификация и характеристика приемов, средств и методов саморегуляции и регуляции психических состояний.
3. Классификация и характеристика приемов, средств и методов гетерорегуляции.

Литература:

1.Грибкова,Л.П. Психологические основы оценивания деят.учащ.на уроках фк в нач.шк.: уч.-метод.пос. /Л.П. Грибкова.- Смоленск: СГАФКСТ, 2011.- 87с.
2. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учебное пособие для студентов /Л.П. Грибкова.- Смоленск: СГАФКСТ, 2011.- 72с.
3.Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: Уч-к для вузов.- М.: «Академический Проект»: Фонд «Мир», 2004.- 576 с.
4.Яковлев, Б.П. Основы спортивной психологии: учебное пособие /Б.П.Яковлев.-М.:Советский спорт,2010.- 208с.

Изучение темы направлено на приобретение:

-знаний: основных категорий и понятий психологии физической культуры и спорта; места психологии физической культуры и спорта в системе психологических наук; психологических аспектов психорегуляции, влияния спортивной деятельности на психологическое состояние спортсмена, о методах его изучения и коррекции.

-умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования.

-навыков: способов психорегуляции, спортивной психодиагностики; методов спортивного отбора.

Формирование универсальных компетенций (УК-3), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 1,9).

5. ТЕМА: Психологические основы технической подготовки (2 часа).

Практическое занятие.

1. Психологические основы формирования двигательного навыка.
2. Роль психических процессов в управлении движениями.
3. Влияние свойств нервной системы на управление движениями.
4. Формирование навыка зеркального письма.

Литература:

1.Грибкова,Л.П. Психологические основы оценивания деят.учащ.на уроках фк в нач.шк.: уч.-метод.пос. /Л.П. Грибкова.- Смоленск: СГАФКСТ, 2011.- 87с.

2. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учебное пособие для студентов /Л.П. Грибкова.- Смоленск: СГАФКСТ, 2011.- 72с.
3.Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: Уч-к для вузов.- М.: «Академический Проект»: Фонд «Мир», 2004.- 576 с.
4.Яковлев, Б.П. Основы спортивной психологии: учебное пособие /Б.П.Яковлев.-М.:Советский спорт,2010.- 208с.
Изучение темы направлено на приобретение:
-знаний: основных категорий и понятий психологии физической культуры и спорта; места психологии физической культуры и спорта в системе психологических наук; психологических аспектов технической подготовки.
-умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования.
-навыков: способов психорегуляции, спортивной психодиагностики.
Формирование универсальных компетенций (УК-3), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 1,9).

6. ТЕМА: Психологические особенности работы с детьми разного возраста (2 часа).

Практическое занятие.

1. Психологические особенности детей младшего школьного возраста.
2. Психологические особенности детей школьного возраста.
3. Психологические особенности детей старшего школьного возраста.
4. Психологические особенности детей юношеского возраста.

Литература:
1.Грибкова,Л.П. Психологические основы оценивания деят.учащ.на уроках фк в нач.шк.: уч.-метод.пос. /Л.П. Грибкова.- Смоленск: СГАФКСТ, 2011.- 87с.
2. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учебное пособие для студентов /Л.П. Грибкова.- Смоленск: СГАФКСТ, 2011.- 72с.
3.Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: Уч-к для вузов.- М.: «Академический Проект»: Фонд «Мир», 2004.- 576 с.
4.Яковлев, Б.П. Основы спортивной психологии: учебное пособие /Б.П.Яковлев.-М.:Советский спорт,2010.- 208с.
Изучение темы направлено на приобретение:
-знаний: основных категорий и понятий психологии физической культуры и спорта; места психологии физической культуры и спорта в системе психологических наук; психологических аспектов технической подготовки.
-умений: самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования.
-навыков: способов психорегуляции, спортивной психодиагностики.
Формирование универсальных компетенций (УК-3), общепрофессиональных компетенций (ОПК – 1,9).

6. Самостоятельная работа студентов (83 часа)

При изучении дисциплины студент самостоятельно готовится по следующим темам:

№	Содержание самостоятельной работы (литературные источники: основные/дополнительные)	Кол-во часов	Формы и сроки контроля
2	Психодиагностика «Мотивация спортивной деятельности» (Калинин Е.А.), методика «Мотивация достижений» (А.Мехрабиан)	4	Письменная работа.
3	Психодиагностика «Эмпатические способности». Определение профессиональных качеств тренера.	2	Письменная работа.
4	Описание психологического портрета по результатам модели личности спортсмена (К. Кетелл)	8	Письменная работа.
5	Разработать аспекты спортивной этики в спорте в системе отношений «тренер-тренер», «тренер-спортсмен», «спортсмен-спортсмен».	2	Письменная работа, презентация
6	Психодиагностика «Агрессивное поведение» (Басса-Дарка)	2	Письменная работа.
8	Разработать психологическое занятие для спортсменов на тему «Командообразование».	2	Письменная работа.
9	Психодиагностика «Тревожность» (Тейлор)	2	Письменная работа.
10	Самостоятельно изучить тему «Оптимальное боевое состояние, методика разработки боевых формул». На основании компонентов ОБС составить боевые формулы.	2	Письменная работа. Зачёт.
11	Психодиагностика «Конфликтное поведение» (А.Томас). Анализ статьи на тему «Конфликт в спорте»	2	Письменный анализ.
12	Выполнить конспект занятия «Психологические предпосылки развития физических качеств»	2	Конспект
13	Психодиагностика «Волевой самоконтроль» (В.Зверев)	2	Письменная работа.
14	Разработать индивидуальные приёмы саморегуляции	2	Письменная работа

15	Психодиагностика готовности спортсменов к участию в конкретном соревновании на основе индивидуальных психологических характеристик на третьем этапе отбора.	2	Написание отчёта.
16	Самостоятельно изучить тему «Психологический отбор в спорте»	2	Письменная работа.
17	Конспект на тему «Психологические особенности работы с детьми различных возрастных групп»	4	Письменная работа (конспект)
18	Типологии родителей, чьи дети занимаются спортом	2	Письменная работа.
19	Разработка комплекса упражнений для развития доминирующих психических качеств в учебно-тренировочном процессе в индивидуальном виде спорта (мышление, память).	2	Письменная работа.
20	Разработать комплекс упражнений для развития внимания, как основного требования при осуществлении технической подготовки.	2	Письменная работа.
21	Разработать приёмы тактической борьбы в избранном виде спорта	2	Письменная работа.
22	Подготовка в экзамену	35	экзамен
	Итого	83	

Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1.Грибкова,Л.П. Психологические основы оценивания деят.учащ.на уроках фк в нач.шк.: уч.-метод.пос. /Л.П. Грибкова.- Смоленск: СГАФКСТ, 2011.- 87с.

2. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учебное пособие для студентов /Л.П. Грибкова.- Смоленск: СГАФКСТ, 2011.- 72с.

3.Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: Уч-к для вузов.- М.: «Академический Проект»: Фонд «Мир», 2004.- 576 с.

4.Яковлев, Б.П. Основы спортивной психологии: учебное пособие /Б.П.Яковлев.-М.:Советский спорт,2010.- 208с.

Дополнительная:

1.Абросимов, Д.В. Методология исследования глобальных конфликтов: для бакалавров и магистров по направлению «Конфликтология» [Электронный ресурс]/ Д.В. Абросимов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет", Факультет социологии и политологии. – Ростов-на-Дону :

Издательство Южного федерального университета, 2011. – 127 с. – Текст: электронный//-URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=240953
2.Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс]/Г.Д. Бабушкин.- Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный//-URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897
3.Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. – Текст: электронный// – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516
4.Багадирова, С.К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности [Электронный ресурс]/ С.К. Багадирова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 198 с. – Текст: электронный//-URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344694
5.Веракса, А.Н. Мысленная тренировка в психологической подготовке спортсмена [Электронный ресурс]/А.Н. Веракса, А.Е. Горовая, А.И. Грушко, С.В. Леонов. – Москва : Спорт, 2016. – 209 с. – Текст: электронный//-URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=460995
6.Грибкова, Л.П. Основы психологии личности и межличностного общения: учебное пособие/Л.П. Грибкова.- Смоленск: Смол.гор.типогр., 2010.- 152с.
7.Ильина, Н.Л. Психология тренера [Электронный ресурс]/Н.Л. Ильина ; Санкт-Петербургский государственный университет. – Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. – 109 с. – Текст: электронный//-URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457948/
8.Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный//-URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439
9.Райнер, М. Успешный тренер: самое авторитетное руководство по тренерской деятельности [Электронный ресурс]/М. Райнер. – Москва: Человек, 2014. – 441 с. – Текст: электронный//-URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461417
10.Родионов, В.А. Спортивная психология [Электронный ресурс]: учебник для академического бакалавриата / В. А. Родионов [и др.]; под общей редакцией В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 367 с.— Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/432777
11.Руденко, А.М. Психологический практикум: учебное пособие для студентов вузов /А.М. Руденко.– Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492с.
12.Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный//-URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236

13.Серова, Л. К. Психология личности спортсмена [Электронный ресурс]: учебное пособие для академического бакалавриата / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 124 с. — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/438413
14.Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 147 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/438412
15.Солдатова, Е. Л. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез [Электронный ресурс]: учебник для бакалавриата и специалитета / Е. Л. Солдатова, Г. Н. Лаврова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 384 с.— Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/424096

Темы рефератов:
1. История развития психологии спорта.
2. Спортивная психология в современном мире (в США, Европе, Россия).
3. Теория поэтапного формирования умственного действия П. Я. Гальперина.
4. Гипноз.
5. Методика составления визуализации.
6. Психологический портрет вида спорта.
7. Боевой транс.
8. Психологический путь выдающегося спортсмена.

Темы лекций для самостоятельной разработки:
1. Психологические особенности личности и деятельности тренера.
2. Педагогическое общение в команде.
3. Психология творчества в работе спортивного психолога.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-3	Педагог А/03.6 (Развивающая деятельность) А/01.6 (Общепедагогическая функция. Обучение) Педагог дополнительного образования А/01.6	Знает (пороговый уровень): основные категории и понятия психологии физической культуры и спорта; места психологии физической культуры и спорта в системе психологических наук; психологические аспекты обучения, воспитания и спортивного совер-

	(Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы)	шенствования; развития психомоторных, познавательных способностей; эмоционально-волевую сферу в процессе физического воспитания; влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды); методы его изучения и коррекции; психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре спорте. Умеет (стандартный уровень): самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования. Имеет опыт (эталонный уровень): способов спортивной психодиагностики, психорегуляции; методов спортивного отбора.
ОПК-1	Педагог A/01.6(Общепедагогическая функция. Обучение) A/02.6 (Воспитательная деятельность) A/03.6 (Развивающая деятельность) Педагог дополнительного образования A/01.6 (Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы) Педагог профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования A/01.6 (Организация учебной деятельности обучаю-	Знает (пороговый уровень): основные категории и понятия психологии физической культуры и спорта; места психологии физической культуры и спорта в системе психологических наук; психологические аспекты обучения, воспитания и спортивного совершенствования; развития психомоторных, познавательных способностей; эмоционально-волевую сферу в процессе физического воспитания; влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды); методы его изучения и коррекции; психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре спорте. Умеет (стандартный уровень): самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психологиче-

	щихся по освоению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ профессионального обучения, СПО и (или) ДПП)	ской науки, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования. Имеет опыт (эталонный уровень): способов спортивной психодиагностики, психорегуляции; методов спортивного отбора.
ОПК-9	Педагог А/01.6(Общепедагогическая функция. Обучение) А/02.6 (Воспитательная деятельность) А/03.6 (Развивающая деятельность) Педагог дополнительного образования А/01.6 (Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы) Педагог профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования А/01.6 (Организация учебной деятельности обучающихся по освоению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ профессионального обучения, СПО и (или) ДПП)	Знает (пороговый уровень): основные категории и понятия психологии физической культуры и спорта; места психологии физической культуры и спорта в системе психологических наук; психологические аспекты обучения, воспитания и спортивного совершенствования; развития психомоторных, познавательных способностей; эмоционально-волевую сферу в процессе физического воспитания; влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды); методы его изучения и коррекции; психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре спорте. Умеет (стандартный уровень): самостоятельно анализировать научную литературу; применять понятийно-категориальный аппарат психологической науки, инструментарий психолого-педагогического анализа и проектирования. Имеет опыт (эталонный уровень): способов спортивной психодиагностики, психорегуляции; методов спортивного отбора.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

• Пороговый – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• Стандартный – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• Эталонный – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Формами текущего и промежуточного контроля являются:

- оценка теоретических знаний студентов и их практических умений в процессе групповых занятий,
- выполнение самостоятельных и творческих заданий,
- подготовка реферата и его изложение в активной форме (бинарной, проблемной и др.) на занятии,
- обсуждение и оценка подготовки и проведения лекции.

Форма итогового контроля – экзамен (7 семестр).

7.2.2 Тестовые задания по дисциплине

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов. К каждому вопросу предложено 5 вариантов ответов (варианты 1,2,3,4,5). Выберите 1 ответ, являющийся, по Вашему мнению, правильными. В бланке ответов поставьте условный знак в клеточке напротив буквы, соответствующей правильному ответу.

1. К специфической задаче психологии физической культуры относится-

а) оптимизировать процесс воспитания человека, учитывая проблемы развития его физических качеств, совершенствование двигательных способностей, а также сохранение здоровья, ставить образовательные задачи, предусматривающие системное формирование необходимого в жизни;

б) обеспечить нравственное, идейно-политическое и трудовое воспитание, воспитать волю, позитивные качества характера, положительные эмоции и эстетические потребности к соревнованиям

2. Исключите суждение, которое НЕ является признаком спортивной деятельности...

1) спорт - это добровольное занятие;

2) спорт - это игра, в которой состязаются в искусстве движений;

3) спорт - это удовольствие от двигательной активности;

4) спорт -это обязательная для каждого работа;
5) спорт - это особая сфера человеческих отношений.

3. Психология физической культуры -...
а) представляет собой образовательно-воспитательный процесс развития функциональных возможностей человека;
б) педагогический процесс, направленный на всестороннее физическое развитие людей, их специфическую подготовку к выполнению социальных обязанностей в обществе;
в) изучение психологических закономерностей формирования качеств, необходимых
для обеспечения физического здоровья человека

4. Основная цель психологии физической культуры –
а) реализация образовательных и оздоровительных задач, которые способствуют обеспечению физического и психического здоровья и гармоничного развития личности;
б) организовать обучение и воспитание, обеспечивающее физическое развитие человека, в том числе воздействие на развитие основных физических и специальных качеств, повышение функциональных возможностей организма;
в) оптимизировать процесс воспитания, учитывая проблемы развития его физических
качеств, совершенствования двигательных способностей, а также сохранение здоровья.

5.Методами психологии физической культуры являются (по классификации Б.Г. Ананьева):
а) организационные, эмпирические, количественно-качественные, интерпретационные;
б) беседа, анкетирование, эксперимент, психодиагностика;
в) эмпирические, лонгитюдный, комплексный, сравнительный, организационные;

6. К эмпирическому методу относят:
а) количественный метод, качественный метод;
б) объективное наблюдение, самонаблюдение, экспериментальный метод, психодиагностический метод;
в) сравнительный метод, лонгитюдный метод, комплексный метод.

7. К организационным методам относятся (Выберите правильные ответы):
а) сравнительный,
б) лонгитюдинальный
в) комплексный;
г) экспериментальный.

8. К дополнительным эмпирическим методам относятся (Выберите правильные ответы):
а) беседа;
б) анкетирование:
в) парное сравнение;
г) эксперимент;
д) наблюдение;
ж) обобщение независимых характеристик.

9. К формам деятельности учителя физической культуры относятся... (Выберите правильные ответы):
а) работа в школе;
б) проведение уроков;
в) работа вне школы;
г) внеклассная;
д) проведение спортивных секций.

10. 0бразовательно-просветительская функция учителя физической культуры-это...
а) материальное обеспечение процесса физического воспитания;
б) перспективное и текущее планирование мероприятий по физической культуре;
в) организация уроков, занятий в спортивных секциях и управление всей спортивной
деятельностью учащихся в школе;
г) передача ученикам специальных знаний и умений.

11. Управленческо-организаторская функция учителя физической культуры - это...
а) подбор учебного материала в соответствии с задачами урока и возрастом школьников;
б) перспективное и текущее планирование мероприятий по физической культуре;
в) организация уроков, занятий в спортивных секциях и управление всей спортивной
деятельностью учащихся в школе;
г) передача ученикам специальных знаний и умений.

в) знания и умения в области физической культуры и спорта, важен статус учителя как спортсмена в прошлом

12. Аттенционные способности учителя физической культуры - это...
а) способность к общению с учениками, умение найти к ним правильный подход, наладить тесные контакты и т.д.

б) способность предвидеть последствия педагогической деятельности, прогнозировать развитие тех или иных качеств у воспитанников, предугадывая, что может получиться из ученика
в) способность распределять своё внимание между несколькими видами деятельности одновременно.

13. Перцептивные способности учителя физической культуры -это..
а) способности проникать во внутренний мир ученика, это психологическая наблюдательность, связанная с тонким пониманием личности школьника и его психических состояний;
б) способности передавать учебный материал, делая его доступным для учеников;
в) способности ясно и чётко выражать свои мысли и чувства с помощью речи, мимики, пантомимики.

14. Дидактические способности учителя физической культуры - это...
а)организация уроков, занятий в спортивных секциях и управление всей спортивной деятельностью учащихся в школе;
б)способности передавать учебный материал, делая его доступным для учеников;
в)способности ясно и чётко выражать свои мысли и чувства с помощью речи, мимики, пантомимики;
г) способность планировать свою деятельность, отбирать, строить учебный материал и корректировать свои планы.

15. Авторитарные способности учителя физической культуры -это ...
а) способности, которые помогают учителю планировать свою деятельность;
б) способности к организации своей деятельность и деятельность учеников;
в) способности к выполнению физических упражнений и осуществлению их правильного показа.
г) способности, непосредственно эмоционально-волевым влиянием на учащихся добиваться у них авторитета.

16. Гностические умения учителя физической культуры - это ...
а)умения учителя выполнять физические упражнения, правильный показ того или иного физического упражнения;
б)познание учителем, как отдельных учеников, так и класса в целом, анализ педагогических ситуаций и результатов своей деятельности;
в)умение планировать свою деятельность, отбирать, строить учебный материал и корректировать свои планы.

17. Педагогическое воображение учителя физической культуры - это ....

а)способность организовать учеников, сформировать их коллектив, воодушевить их на решение учебных задач;
б)умение осуществлять перспективное и текущее планирование мероприятий по физической культуре;
в)способность предвидеть последствия педагогической деятельности, прогнозировать развитие тех или иных качеств учеников.

18. Проектировочная функция учителя физической культуры - ...
а)материальное обеспечение процесса физического воспитания;
б)перспективное и текущее планирование мероприятий по физической культуре;
в)организация уроков, занятий в спортивных секциях и управление всей спортивной деятельностью учащихся в школе.

19. К условиям деятельности учителя физической культуры относит (Выберите правильные ответы):
а) условия психической напряжённости;
б) социальные условия;
в) условия физической нагрузки;
г) условия, связанные с внешнесредовыми факторами;
д) социально-психологические условия;
е) санитарно-гигиенические условия.

20. Академические способности учителя физической культуры - это ...
а) способность организовать учеников, сформировать их коллектив, воодушевить их на решение учебных задач;
б) способности к соответствующей отрасли наук;
в) способность предвидеть последствия педагогической деятельности, прогнозировать развитие тех или иных качеств у ученика.

21.Конструктивные умения учителя физической культуры - это ...
а) умения, которые помогают учителю планировать свою деятельность;
б) умения организовать свою деятельность и деятельность учеников;
в) умения вьтолнять физические упражнения и осуществлять их правильный показ.

22. Перцептивное умение общения-это….
а) деятельность по оперированию материалом и средствами общения, способами воздействия на собеседника и приёмы управления собственным поведением во время общения;
б) действия по созданию и выбору благополучных условий для общения, по выбору объекта общения, подготовке к общению и технике его ведения;
в) действия по восприятию и истолкованию смысла высказываний, действий, мимики, жестов и другие средства общения собеседника.

23. Организационные умения общения -...
а) деятельность по оперированию материалом и средствами общения, способами воздействия на собеседника и приёмы управления собственным поведением во время общения;
б) действия по созданию и выбору благополучных условий для общения, по выбору объекта общения, подготовке к общению и технике его ведения;
в) действия по восприятию и истолкованию смысла высказываний, действий, мимики, жестов и другие средства общения собеседника.

24. Когда учитель не хочет из педагогических соображений придавать общению с учащимися официальный характер - это форма воздействия ...
а) проявление внимания; б) просьба;
в) убеждение; г) внушение.

25. По содержанию внушение может быть ...(Выберите правильные ответы)
а) специфическое; б) косвенное;
в) прямое; г) неспецифическое:
д) преднамеренное; е) непреднамеренное.

26. По способу воздействия внушение бывает (Выберите правильные ответы):
а) специфическое; б) косвенное;
в) прямое; г) неспецифкческое;
д) преднамеренное; е) непреднамеренное.

27. Принуждение, как форма воздействия выражается ..-(Выберите правильные ответы):
а) в прямом требовании учителя к учащимся согласиться с его мнением и предлагаемым решением, принять готовый эталон поведения и т. п. при несогласии ученика сними;
б) в выполнении распоряжения учителя.
в) в осуществлении словесных порицаний учащегося.

28. Прямая оценка ...
а) осуществляется учителем, когда он сообщает своё мнение, обращаясь непосредственно к учащемуся;
б) выставляется учителем по принятой в обществе системе оценивания;
в) осуществляется словесно, как мера поощрения или порицания учащегося.

29. Наказание может быть в виде ... (Выберите правильные ответы)
а) устного замечания; б) требования;
в) выговора; г) внеочередных работ;
д) принуждения; е) записи в дневнике.

30. Выговор -это ...

а) оценка действий учащегося;
б) итог принципиального обсуждения проступка ученика;
в) средство дисциплинирования ученика на уроке.

31. Ошибки «центральной тенденции» ...
а) проявляются у учителей в стремлении избежать крайних отметок;
б) проявляются в выставлении учителем завышенных отметок;
в) критика за допущенные при выполнении ошибки, не выставляя отметки.

32. Конфликт- ...
а) расхождение представлений о характере своих прав и степени самостоятельности;
б) смысловой барьер, возникающий между людьми;
в) взаимные отрицательные отношения, возникающие при столкновении желаний, мнений.

33. Со школьниками младших классов причинами конфликтов с учителем физической культуры могут быть... (Выберите правильные ответы):
а) из-за смыслового барьера, вызывающего у ученика отрицательные эмоции по поводу формы выражения требования к нему на уроке;
б) из-за потери побудительной силы требования вследствие того, что требование, благожелательное по форме, повторяется учителем слишком часто, по каждому пустяку;
в) из-за требований учителя к ребенку, которые кажутся ему непосильными;
г) из-за неправильного мнения ученика о негативном отношении к нему учителя;
д) из-за несогласия с выставляемыми учителем отметками.

34. К условиям предрасполагающим к конфликту на уроках физкультуры относятся...(Выберите правильные ответы):
а) объективные условия,
б) внешние условия;
в) субъективные условия:
г) внутренние условия.

35. При постановке задач урока необходимо ... (Выберите правильные ответы).

а) показывать логическую связь между отдельными заданиями;
б) разбивать поурочно задание на этапы;
в) объясняя размышлять над наиболее эффективным способом решения задач; г) ставить учебную задачу и проверять, принята ли она.

36. При пояснении упражнения необходимо ... (Выберите правильные ответы).
а) показывать логическую связь между отдельными заданиями;
б) разбивать поурочно задание на этапы;

в) объясняя размышлять над наиболее аффективным способом решения задач;
г) давать объяснения бодрым голосом.

37. Удержанию внимания учащихся способствует... (Выберите правильные ответы).
а) выбор оптимального темпа работы;
б) формирование наблюдательности;
в) учёт индивидуальных особенностей внимания;
г) разнообразие работы с введением соревновательных элементов;
д) постепенное раскрытие в разучиваемом упражнении новых нюансов;
е) анализ ситуации на уроке;
ж) устранение причин отрицательного отношения учащегося к разучиваемому упражнению.

38. Для организации эффективного восприятия на уроках необходимо ...(Выберите правильные ответы).
а) формирование умения наблюдать;
б) разнообразие форм проведения уроков;
в) предъявление оптимального объёма информации;
г) учёт индивидуальных особенностей восприятия;
д) выбор оптимального темпа работы на уроках.

39. К типам восприятия на уроках физической культуры относятся... (Выберите правильные ответы).
а) аналитический;
б) синтетический;
в) аналитико-синтетический;
г) эмоциональный;
д) пространства и времени.

40. По форме мышление может быть ... (Выберите правильные ответы).
а) наглядно-действенное; б) теоретическое; в) наглядно-образное; г) интуитивное; д) абстрактно-логическое; е) тактическое.

41. По характеру решаемых задач мышление может быть ... (Выберите правильные ответы).
а) наглядно-образное; б) тактическое;
в) практическое; г) теоретическое.

42. Тактическое мышление ...
а) целесообразное ведение соревновательной борьбы, как отдельным субъектом, так и в целом командой;
б) характеризуется оперироаанием абстрактными понятиями и рассуждениями;
в) опирается на первичные и вторичные образы;

г) характеризуется тем, что мыслительные операции осуществляется в процессе манипулирования с предметами и выполнения физических упражнений.

43. Особенностями тактического мышления являются ... (Выберите правильные ответы).
а) действенность,
б)импровизационность,
в)оперативность,
г) вероятность;
д)синхронность.

44. При показе упражнения ведущая роль принадлежит ... памяти
а) зрительной; б) слуховой;
в) тактильной; г) двигательной.

45. Факторами, влияющими на запоминание материала являются ... Выберите правильные ответы.
а) объективные; б) внешние;
в) внутренние; г) субъективные.

46. Спад интереса к трудным и соревновательным упражнениям наблюдается у учащихся ...
а) 4-го класса; б) 7-го класса; в) 9-го класса.

47. Учащиеся проявляют интерес к двигательной активности в ...
а) мл. шк. возрасте; б) ср. шк. возрасте; в) ст. шк. возрасте

48. Учащиеся занимаются физическими упражнениями с конкретной целью в ...
а) мл. шк. возрасте; б) ср. шк. возрасте; в) ст. шк. возрасте

49. На первом месте у учащихся стоят мотивы, связанные с подготовкой себя для определённой профессиональной деятельности в ...
а) мл. шк. возрасте; б) ср. шк. возрасте; в) ст.шк. возрасте

50. К социальным факторам повышения активности относятся ... (Выберите правильные ответы).
а)особенности организации деятельности учащихся на уроке;
б) потребности в движениях;
в)оценка учащегося со стороны учителя;
г)направленность личности учащегося;
д) наличие удовлетворённости уроками и интереса.

51. К биологическим факторам повышения активности на уроках физической культуры относятся ... (Выберите правильные ответы).
а)особенности организации деятельности учащихся на уроке;
б) потребности в движениях;
в)оценка учащегося со стороны учителя;
г)направленности личности учащегося;
д) наличие удовлетворённости уроками и интереса.

52. Дисциплина на уроках физической культуры...
а)предупреждение травматизма на уроках;
б)определённый порядок поведения, отвечающий сложившимся нормам и требованиям;
в)чёткая система организации общественно-полезной деятельности и включение в неё школьников.

53. Причинами недисциплинированного поведения учащихся на уроках физической культуры могут быть... (Выберите правильные ответы).
а)отсутствие четкой системы организации на уроке физической культуры;
б) недостаточный учет учителями физического воспитания психологических особенностей школьников разного возраста;
в)неудовлетворенность учащихся отношениями с педагогами;
г)частая безнаказанность нарушителей дисциплины.

54. Причинами намеренных пропусков уроков физической культуры и спортаявляются... (Выберите правильные ответы).
а) отсутствие целеустремленности и интереса к уроку физической культуры;
б)стеснительность;
в)частое использование учителем порицаний, замечаний в нетактичной форме.
г)частая безнаказанность нарушителей дисциплины.

55. Двигательное действие, выполняемое без контроля сознания, автоматически, называется... (Напишите слово)

56. Главным средством развития физических качеств является...
1) сложные двигательные упражнения;
2) грамотно задаваемая физическая нагрузка;
3) понимание роли и значения физических качеств;
4) воля спортсмена;
5) настрой.

57. Главной задачей работы учителя физкультуры — в отличие от тренера — является ….
1) добиться от школьников высоких спортивных результатов;

2) отбирать талантливых спортсменов;
3) научить школьников здоровому образу жизни;
4) давать школьникам высокие физические нагрузки;
5) добиваться от школьников мастерства в определенном виде спорта.

58. Процесс формирования двигательных навыков в спорте состоит из следующих стадий... (Выберите правильные ответы).
а) ознакомление с обшей структурой упражнения;
б) овладение приемами формирования навыка;
в) закрепление и совершенствование навыка;
г) научение упражнениям.

59. Установите взаимосвязь...

1. Двигательный навык	а) это усовершенствованные способы выполнения действий, основанные па полученных знаниях и опыте. Они требуют творческого использования знаний и
2. Двигательные умения	б) это целостное, сознательное, автоматизированное действие, доведенное в процессе упражнения до определенною уровня совершенства, выполняемое
3. Двигательная реакция	в) это осознаваемое двигательное действие в ответ на определенный сигнал

60. Волевые качества ...
а) индивидуальные свойства человека, определяющие его успехи в различных видах деятельности;
б) качества от которых зависят реакции человека на других людей и социальные обстоятельства;
в) качества определяющие поступки человека в отношении других людей;
г) специальные личностные свойства, влияющие на стремление человека к достижению поставленных целей.

61.. Мотив - это
а) побуждение к деятельности
б) избегание неудач
в) стремление к успеху.

62. Мотивы занятий физической культурой условно делятся на ,.. (Выберете правильные ответы).
а) общие б) конкретные,
в) внутренние г) внешние
63. Формирование мотивов занятия физической культурой связано с воздействием определенных факторов... (Выберете правильные ответы).
а) общих б) конкретных,
в) внутренних г) внешних.

64. Мотивы, связанные с процессом деятельности, — это
а) удовлетворение потребности в двигательной активности и удовольствие, вызываемое получением острых впечатлений от соперничества;
в) внешние мотивы деятельности;
г) непосредственные мотивы деятельности;

65. Мотивация учебно-физкультурной деятельности вытекает из различных потребностей, которые А. Ц. Пуни разделил на... (Выберете правильные ответы).
а) потребность в движении,
б) потребность выполнения обязанностей учащегося;
в) потребность в спортивной деятельности;
г) потребность в соперничестве;
д) потребность в активной деятельности,

66. В начальных классах у школьников мотивами занятий физкультурой являются ...
а) недифференцированный интерес (им нравится все);
б) спортивные игры,
в) легкая атлетика, лыжный спорт и т.п..

67. В средних классах у школьников мотивами занятий физкультурой являются ...
а) недифференцированный интерес (им нравится все);
б) спортивные игры,
в) легкая атлетика, лыжный спорт и т.п..

68. В старших классах у школьников мотивами занятий физкультурой являются ...
а) недифференцированный интерес (им нравится все);
б) спортивные игры,
в) легкая атлетика, лыжный спорт и т.п..

7.2.3 Вопросы к экзамену

1. Психология физической культуры как прикладная научная дисциплина. Этапы ее становления и современное состояние. Место психологии физической культуры среди других наук. Предмет и задачи психологии физического воспитания.
2. Характеристика понятий «физическая культура» и «культура», их принципиальное соотношение. Функции, компоненты, аспекты физической культуры.
3. Принципиальное сходство и различие понятий: «спортивный стиль жизни и здоровый образ жизни», «педагогическое руководство и педаго-

гическое общение», «спортивная группа и спортивная команда», «компетентность и компетенция».

4. Факторы, влияющие на изменения личности при занятиях физическими упражнениями. Роль физической культуры в становлении личности человека. Воспитательное воздействие физической культуры и спорта.

5. Психологические особенности процесса овладения двигательными навыками и их использования.

6. Личностно – ориентированный подход в обучении двигательному действию.

7. Психологическая характеристика физических качеств.

8. Мотивация занятий физическими упражнениями в рамках школьного образования. Способы повышения активности учащихся на занятиях. Потребности, цели и уровень притязания школьников в сфере физической культуры.

9. Спортивные способности.

10. Особенности внимания учащихся на занятии и управление им.

11. Психологическая структура деятельности учителя физкультуры и тренера. Структура слагаемых педагогического мастерства.

12. Проявление типологических особенностей нервной системы и темперамента на уроках физической культуры.

13. Психологические особенности деятельности учителя физической культуры. Педагогическое мастерство и способности спортивного педагога.

14. Малые социальные группы (спортивные команды, школьные классы, группы здоровья) и их основные признаки.

15. Лидерство в малой группе. Групповое давление и конформизм.

16. Развитие группы. Основные формы интеграции: сплоченность, сработанность, совместимость.

17. Сущность, задачи, особенности физического воспитания. Различные стороны воспитания в процессе занятий физическими упражнениями.

18. Культура и техника речи учителя физического воспитания. Уровни речевой культуры.

19. Соотношение понятий «общение», «педагогическое общение», «культура общения» и «профессиональная культура общения». Функции, принципы, стили и правила педагогического общения.

20. Конфликты – как психолого – педагогическая проблема.

21. Коллектив, функции, виды, признаки, особенности.

22. Психологическая сущность, задачи, закономерности обучения на уроках физической культуры.

23. Структура и возрастные предпосылки обучения двигательному действию. Индивидуализация обучения движениям.

30. Психологические особенности, цели и задачи занятий физическими упражнениями у детей разного возраста.

31. Особенности школьного класса, группы здоровья как социально-психологической среды для людей, занимающихся физическими упражнениями.

32. Психологические основы диагностики, формы и методы в психологии физической культуры.

33. Понятие воли и ее значение в физическом воспитании. Структура волевого акта. Возрастные проявления воли. Воспитание воли в процессе занятий физической культурой.

34. Профессиональная психолого - педагогическая направленность личности преподавателя физической культуры.

35. Особенности внимания учащихся на уроках физической культуры.

Критерии оценки знаний студентов на экзамене

«Отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением студента подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Студент должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь студента должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе студента как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«Удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Студент испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«Неудовлетворительно» - студент не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

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

Основная:

1.Грибкова,Л.П. Психологические основы оценивания деят.учащ.на уроках фк в нач.шк.: уч.-метод.пос. /Л.П. Грибкова.- Смоленск: СГАФКСТ, 2011.- 87с.
2. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте: учебное пособие для студентов /Л.П. Грибкова.- Смоленск: СГАФКСТ, 2011.- 72с.
3.Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: Уч-к для вузов.- М.: «Академический Проект»: Фонд «Мир», 2004.- 576 с.
4.Яковлев, Б.П. Основы спортивной психологии: учебное пособие /Б.П.Яковлев.-М.:Советский спорт,2010.- 208с.

Дополнительная:

1.Абросимов, Д.В. Методология исследования глобальных конфликтов: для бакалавров и магистров по направлению «Конфликтология» [Электронный ресурс]/ Д.В. Абросимов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет", Факультет социологии и политологии. – Ростов-на-Дону : Издательство Южного федерального университета, 2011. – 127 с. – Текст: электронный//-URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=240953
2.Бабушкин, Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс]/Г.Д. Бабушкин.- Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 440 с. – Текст: электронный//-URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897
3.Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]/ Г.Д. Бабушкин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. – Текст: электронный// – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516
4.Багадирова, С.К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности [Электронный ресурс]/ С.К. Багадирова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 198 с. – Текст: электронный//-URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344694
5.Веракса, А.Н. Мысленная тренировка в психологической подготовке спортсмена [Электронный ресурс]/А.Н. Веракса, А.Е. Горовая, А.И. Грушко, С.В. Леонов. – Москва : Спорт, 2016. – 209 с. – Текст: электронный//-URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=460995
6.Грибкова, Л.П. Основы психологии личности и межличностного общения: учебное пособие/Л.П. Грибкова.- Смоленск: Смол.гор.типогр., 2010.- 152с.
7.Ильина, Н.Л. Психология тренера [Электронный ресурс]/Н.Л. Ильина ; Санкт-Петербургский государственный университет. – Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. – 109 с. – Текст: электронный//-URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457948/

8.Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс]/ В. Малкин, Л. Рогалева. – Москва: Спорт, 2015. – 176 с. – Текст: электронный//-URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430439
9.Райнер, М. Успешный тренер: самое авторитетное руководство по тренерской деятельности [Электронный ресурс]/М. Райнер. – Москва: Человек, 2014. – 441 с. – Текст: электронный//-URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461417
10.Родионов, В.А. Спортивная психология [Электронный ресурс]: учебник для академического бакалавриата / В. А. Родионов [и др.]; под общей редакцией В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 367 с.— Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/432777
11.Руденко, А.М. Психологический практикум: учебное пособие для студентов вузов /А.М. Руденко.– Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492с.
12.Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс]/ В.К. Сафонов. – Москва: Спорт, 2017. – 289 с. – Текст: электронный//-URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236
13.Серова, Л. К. Психология личности спортсмена [Электронный ресурс]: учебное пособие для академического бакалавриата / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 124 с. — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/438413
14.Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 147 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/438412
15.Солдатова, Е. Л. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез [Электронный ресурс]: учебник для бакалавриата и специалитета / Е. Л. Солдатова, Г. Н. Лаврова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 384 с.— Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/424096

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. elib.kspu.ru – на сайте в электронном виде представлено учебное пособие по Педагогике Физической культуры и спорта.
2. on-sports.ru – сайт дает основные понятия о разных направлениях физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.
3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://lib.rucont.ru/search
4. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://lib.sportedu.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Технология обучения по дисциплине «Психология физической культуры и спорта» представляет собой системный комплекс психолого- педагогических процедур, включающий специфический для психологии категориальный аппарат, основные закономерности становления и формирования психического, которые будут использованы как в дальнейшем освоении других психологических дисциплин, так и в последующей практической профессиональной деятельности–тренерской и преподавательской.

Курс является дисциплиной предметной подготовки и разрабатывается как важный элемент подготовки профессионала. Предлагаемый курс призван обеспечить студентов как теоретической базой в сфере психологии, так и некоторыми практическими знаниями, которые дадут им возможность непосредственно участвовать в реализации практических социально-психологических исследований.

При обучении по данной дисциплине основной формой занятий явилась лекция, которая несла в себе основные дидактические функции: постановку и обоснование задач, сообщение и усвоение новых знаний, привитие интеллектуальных умений и навыков, мотивирования студентов к дальнейшей учебной деятельности, интегрирования преподаваемой дисциплины с другими предметами, а также выработку интереса к теоретическому анализу.

По роли организации использовались вводные (первоначальные), мотивационные (создание стимула), подготовительные, интегрирующие (логическое понимание целого), установочные (ориентация на самостоятельную и практическую работу) лекции, а также лекции - диалоги.

Главной особенностью проведения лекций явилось дидактическое общение преподавателя и студентов. На групповых занятиях от общих педагогических подходов осуществлялся переход к проблемам социализации, к постановке практических целей, проектируя при этом воспитательный процесс.

При чтении лекций необходимо придерживаться следующих рекомендаций:

– в лекциях необходимо сочетать теоретические материалы и практические примеры;

– с учетом того, что исследования в социальной психологии основываются на социологические и психологические исследования, на занятиях необходимо опираться на социологию и психологию;

– для закрепления лекционного материала, подготовки к семинарам и выполнения самостоятельных работ рекомендуется достаточно большое количество литературы в области психологии, социологии и социальной психологии.

В целях активизации мыслительной деятельности студентов, развития способности анализировать научные и практические проблемы необходимо включение в лекцию следующих методов и приемов: элементы диалога, групповая дискуссия.

Включение в лекцию проблемных вопросов, ситуаций, заданий. Такие вопросы можно использовать в конце лекции как задание на следующее занятие. Поскольку зачастую активное участие в обсуждении принимают не все студенты, группу можно разделить на несколько малых групп, каждая из которых должна будет дать ответ на поставленный вопрос. Актуализация прежних знаний и опыта студентов в период чтения лекции посредством вопросов, небольших тестов, анализа конкретных ситуаций. Вопросы к студентам, требующие приведения жизненных примеров, которые могут проиллюстрировать те или иные феномены и закономерности; вопросы, связанные с учебной работой и поведением студентов. Важно также побуждать студентов к сравнению того, как они раньше объясняли наблюдаемые в жизни явления и как они могут объяснить эти явления сейчас.

Важно показывать на занятиях возможность практического применения получаемых психологических знаний, связывать преподаваемый материал с личной и будущей профессиональной жизнью в качестве специалиста по спорту и физическому воспитанию, формировать умение анализировать поведение людей в процессе занятий спортом или физическими упражнениями, понимать его причины, учитывать индивидуальные особенности занимающихся. Использование наглядного материала на лекции (демонстрация экспериментов и явлений, программ исследований, различных видов анкет, рисунков, таблиц, графиков, диаграмм, схем, кинофильмов, диапозитивов, слайдов).

Можно рекомендовать использование активных методов обучения.

1. Проблемные лекции;
2. Семинары-дискуссии;
3. Разбор конкретных педагогических ситуаций;
4. Деловые игры.

Использовать следующие типы лекций:

- информационная (способ передачи готовых знаний студентам через монолог);
- проблемная (процесс познания студентов приближается к поисковой, исследовательской деятельности);
- лекция-визуализация (результат поиска новых возможностей реализации известного в дидактике принципа наглядности, содержание которого меняется под влиянием данных психолого-педагогической науки, форм и методов активного обучения);
- лекция с заранее запланированными ошибками (развивает у студентов умений оперативно анализировать профессиональные ситуации, выступать в роли экспертов, оппонентов, рецензентов, вычленять неверную или неточную информацию);
- лекция-пресс конференция (близка к соответствующей форме профессиональной деятельности со следующими изменениями, назвав тему лекции, преподаватель просит студентов письменно задать ему вопросы по данной теме).

Среди активных методов использовать методы программированного обучения, методы проблемного обучения, методы интерактивного обучения и игра как средство профессионального обучения психологии.

Использование разнообразных форм семинарских занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы студентов, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности. В основу организации семинаров положены принципы гуманизации, вариативности, комплексности, проблемности, целостности, компетентности.

В основе общения на семинарских занятиях лежал принцип бинарности, предполагающий не механическое соединение деятельностей преподавателя и студентов, а прежде всего их взаимная детерминация. При обучении использовались такие методы обучения как объяснение, беседа, разбор и т.д.

В процессе обучения использовался метод самостоятельного изучение студентами вопросов, без которых затруднено последовательное усвоение учебной информации. Этим приёмом инициируется познавательная деятельность обучающихся, которые становятся активными участниками данного процесса.

Критерии подготовленности студентов к семинарскому занятию: знание темы, рекомендованной основной и дополнительной литературы, точное и правильное конспектирование первоисточников в соответствии с планом семинара и предлагаемыми вопросами для обсуждения;

1) подготовка по каждому вопросу плана и выбор проблемы для развернутого индивидуального выступления или обобщения материалов;

2) психологическая готовность каждого студента к выступлению и участию в общей дискуссии.

Подготовка к семинарским занятиям строится на основе самостоятельной работы студентов с учебниками, учебными пособиями, материалами хрестоматий и первоисточниками. При этом выделяются различные формы записей результатов анализа, изучаемых статей, работ и других материалов, используемых для выполнения поставленных учебных задач.

Деятельность преподавателя и студента на семинарском занятии характеризуется активным взаимодействием и разнообразием видов учебной деятельности (дискуссии, диспуты, выполнение творческих заданий, семинарско-практические занятия, на которых углубляется или систематизируется определенное содержание изученного раздела программы или программного материала дисциплины в целом). Использование разнообразных форм семинарских занятий позволяет развивать интеллектуальные способности и познавательные интересы студентов, их творческую инициативу и самостоятельность, повышает уровень профессиональной компетентности

Творческие задания:

1. Микрогруппой (три – четыре человека) подготовить презентацию (на 5-10 мин.) и групповую дискуссию, отражающую наиболее привлекательные, а затем непривлекательные стороны конкретного вида спорта. Каждая группа совместно старается найти аргументы в пользу привлекательности

вида спорта, определенного для нее. Затем поочередно от группы выступает представитель.

Критерии оценки презентации:

А) Раскрытие цели сообщения и степень ее достижения.

Б) Соответствие интересам и запросам слушателей (ценность и адресность сообщения).

В) Глубина, доступность и значимость использованной информации.

Г) Особенности донесения информации до слушателей (наличие специальных приемов запоминания, динамичность, живость, эмоциональность и др.).

План устного выступления

1) В чем заключается отличие вашего вида спорта от других?
2) Что, в доступной форме, вы можете рассказать детям о своем виде спорта?
3) Что интересного происходит на соревнованиях и тренировках?
4) Как вы думаете, что может понравиться ребенку, случайно забежавшему к вам в тренировочный зал?
5) Нарисовать эмблему, которая, по вашему мнению, привлечет внимание детей.
6) Сочинить слоган в честь вашего вида спорта.
7) Отказаться от шаблонов и штампов. Придумать что-то новое и оригинальное.
8) Осветить непривлекательные стороны спорта.

2. Составление психологической модели спортсмена на основе 16-ти факторного анализа Кеттела, определения спортивной мотивации Калинина.

3. Составление профиля психомоторной подготовленности спортсмена на основании следующих показателей (скорости простой двигательной реакции, реакции выбора, сложной двигательной реакции, чувства времени, чувства пространства, особенностей внимания).

4. Составления формул боевого оптимального состояния.

Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы с основной и дополнительной литературой, её активную мыслительную проработку. Для развития навыков самостоятельного реферирования и представления подготовленного реферата в виде доклада на практических занятиях студентам предлагаются темы рефератов (см. выше).

Самостоятельная работа студентов осуществлялась при наличия информационно – предметного обеспечения, с последующим итоговом контроле. Предусмотренная программой самостоятельная работа студентов имеет свои особенности, так как ориентируется на различные уровни усвоения предлагаемого материала посредством творческой работы. Указывается общее количество часов на самостоятельную работу, из них: закрепление лекционного материала; подготовка студентов к семинарским занятиям; самостоятельная подготовка к экзамену; выполнение творческих заданий. К экзамену каждый студент выполняет индивидуальные задания определенной сложности в соответствии с уровнем подготовленности и индивидуальным планом. В ходе изучения курса придается большое значение организации контроля за про-

цессом усвоения учебного материала. Для фронтального опроса используются программированные задания и тесты, как более эффективная форма контроля знаний студентов.

Очень важно, чтобы преподаватель постоянно расширял свои психологические знания, был в курсе методологических и теоретических новинок, относящихся к исследованиям в области психологии.

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам дисциплины, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.
2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля,	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная

	промежуточной аттестации и самостоятельной работы	100*74см.
5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

*Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3.Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспече-

			ние для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»
Ответственный за ОПОП
к.п.н., доцент кафедры туризма
и спортивного ориентирования З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТУРИЗМА И СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ОСНОВЫ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 4
Семестр 7
Итоговая форма контроля – дифференцированный зачёт

Рабочую программу разработал:
профессор, доктор пед. наук Воронов Ю.С.

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта..3

2. Результаты обучения по дисциплине..…….....5

3. Место дисциплины в структуре ОПОП 6

4. Объем дисциплины и виды учебной работы 6

5. Содержание дисциплины 7

5.1 Количество часов по видам занятий.. 7

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 8

5.2.1 Содержание лекционных занятий 8

5.2.2 Содержание практических занятий 10

6. Самостоятельная работа студентов 18

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации……..21

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины..... 21

7.2 Типовые контрольные задания…….....23

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 23

7.2.2 Тестовые задания для текущего контроля 24

7.2.3 Практические задания для текущего контроля……..33

7.2.4 Вопросы к дифференцированному зачёту 49

8. Перечень основной и дополнительной литературы 50

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Интернет, необходимых для освоения дисциплины..... 51

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины..... 51

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины……56

1. ВЫПИСКА ИЗ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО СТАНДАРТА

Рабочая программа дисциплины «Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте» разработана в соответствии Федеральным государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования по направлению подготовки 49.03.03 – «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» (уровень бакалавриата), утверждённого Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г. и №83 от 08.02.21 года.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1 – способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач;

ОПК-9 – способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

ОПК-11 – способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности;

ОПК-16 – способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности

ПК-10 – способен выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта, проводить научный анализ и обобщение результатов исследований, применять их в практической деятельности;

ПК-11 – способен применять информационные технологии для обработки результатов научных исследований и решения практических задач в сфере физической культуры и спорта.

В результате обучения по дисциплине, студент должен:	Проф. стандарт и код трудовой функции	Формируемые компетенции
Знать: ● теорию и методологию научных исследований в индустрии туризма, рекреации, физической культуре и спорте; ● основные методы и принцы организации научно-исследовательской деятельности; ●содержание и порядок проведения научных исследований в физической культуре, спорте и туризме; ● методики и инструментарий практических научных исследований в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма; ● компьютерных программ, обеспечивающих решение научно-исследовательских задач в сфере спортивно-оздоровительной, туристской и рекреационной деятельности.	ПС «Тренер» 05.003 A/03.5 Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки	УК-1 ОПК-11 ПК-10 ПК-11
Уметь: ● применять методы и средства сбора, обобщения и использования информации в процессе научного изучения спортивно-туристской деятельности;	ПС «Тренер» 05.003	УК-1 ОПК-11 ПК-10 ПК-11

● определять цели и задачи научного исследования в рекреации и спортивно-оздоровительном туризме; ●применять общенаучные и специальные технологии научно-исследовательской деятельности в индустрии спорта, рекреации и туризма.	A/03.5 Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки	
Иметь опыт: ● оценивания эффективности применения современных методов научных исследований в практической деятельности спортивных, туристских и рекреационных предприятий различного вида; ● применения формально-логических методов исследования; ● использования методов оценки туристско-рекреационного потенциала территории; ● исследования и оценки уровня специальной подготовленности занимающихся спортивно-оздоровительным туризмом; ● применения картографических методов исследования; ● применения методов исследования личности в спорте и туризме.	ПС «Тренер» 05.003 A/03.5 Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки	УК-1 ОПК-9 ОПК-11 ОПК-16 ПК-10 ПК-11

3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Основы научно-методическая деятельность в физической культуре и спорте» относится к обязательной части ОПОП ВО (**Б1.О.10**) и изучается в пятом семестре. Итоговая форма контроля: дифференцированный зачёт и курсовая работа.

Для освоения дисциплины необходимы базовые знания и представления об основах спортивно-оздоровительного туризма и технологиях спортивной подготовки.

4. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Трудоёмкость дисциплины 108 часов, из них 40 часов аудиторной работы и 64 часа – самостоятельная работа студентов (таблица 1).

Учебный процесс по курсу «Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте» проводится в форме лекций, практических занятий и самостоятельной работы студентов.

Учёт успеваемости ведётся в форме выполнения практических заданий по пройденным темам, выполнения курсовой работы и итогового дифференцированного зачёта, проводимого в срок, установленный учебным планом.

Таблица 1 – Объём и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр 7
Контактная работа преподавателя с обучающимися:			
-лекции		2	2
-практические занятия		8	8
Самостоятельная работа		58	58
Итоговый контроль – дифференцированный зачёт		4	4
Общая трудоёмкость	Часы	**108**	
	Зачётные единицы	**3**	

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1 Количество часов по видам занятий

Наименование темы	Всего	Лекции	Практи-ческие	Самостоят работа
1	2	3	4	5
Раздел 1. Организация и проведение научных исследований в туризме				
1.Формально-логические методы научного исследования	4	2		4
2.Анализ научно-методической литературы, документальных и архивных материалов	4			4
3.Библиографическое описание литературных источников различного вида	4			4
4.Требования к оформлению списка литературы в курсовых работах и ВКР	6		2	4
Раздел 2. Методы исследования личности				
5.Методы проведения опроса (беседа, интервьюирование, анкетирование)	6		2*	4
6.Метод экспертных оценок и его разновидности	4			4
7.Методы объективного наблюдения	4			4
8.Графологическое исследование личности	4			4
9.Методика проведения контрольных испытаний (тестирование)	8		2*	6
Раздел 3. Специфические методы исследования туризма				
10.Картографический метод исследований (картометрия, картография, визуальный описательный анализ топографических карт)	8		2	6
11.Методы определения ландшафтно-рекреационного потенциала туристского региона	6			6
12.Методы оценки культурно-исторического потенциала туристского региона	4			4
Раздел 4. Композиционная структура выпускной квалификационной работы бакалавра				
13.Требования к тексту научной работы и её композиционной структуре	4			4
14.Методика оформления цифровой информации и иллюстрированного материала.	4			4
15.Оформление и содержание отчёта по научной работе и других научных произведений, исходя из требований ГОСТ	4			4
Дифференцированный зачёт	**4**			
Всего (часов)	**108**			
Трудоёмкость в зачётных единицах	**3**			

Примечание. * – занятия проводятся с использованием интерактивных форм обучения.

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Тема 1. Технология организации и проведения научных исследований в туризме. Формально-логические методы исследования в туризме

Л Е К Ц И Я

Общие представления о науке. Наука как система. Научно-исследовательская работа студентов (НИРС) и учебно-исследовательская работа студентов (УИРС). Основные этапы организации научного исследования: определение и формулировка проблемы исследования, формулировка объекта, предмета и темы исследования, определение цели и задач исследования, выдвижение гипотезы, работа с литературой, выбор методов исследования, организация и проведение исследования (проверка гипотезы), обработка результатов исследования, литературно-графическое оформление, подведение итогов работы. Методы научного исследования туризма. Методы теоретического познания при проведении научных исследований: анализ и синтез, индукция и дедукция, классификация, морфологический анализ, метод обобщения.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование общепрофессиональных компетенций (ОПК-1) и профессиональных компетенций (ПК-6, ПК-7, ПК-8).

Форма контроля: письменная работа.
Литература: 2, 4, 5, 6

Тема 2. Анализ научно-методической литературы, документальных и архивных материалов

Анализ научно-методической литературы, как метод научного познания. Этапы чтения. Методы работы с книгой. Виды библиотек и библиотечные каталоги. Формы записи при чтении литературных источников. Цитирование, тезисы и конспектирование содержания научных произведений.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование общепрофессиональных компетенций (ОПК-1) и профессиональных компетенций (ПК-6, ПК-7, ПК-8).

Форма контроля: письменная работа.
Литература: 2, 4, 5, 6

Тема 3. Библиографическое описание литературных источников различного вида

Правила библиографического описания литературного источника. Правила описания под именем индивидуального автора и под названием. Аналитическое описание литературных источников (статьи из журнала и газеты, статьи из сборника научных работ, отдельного раздела книги или монографии). Описание литературных источников различного вида (учебника, учебного пособия, монографии, автореферата диссертации, диссертации и т.д.). Изучение и анализ документальных и архивных материалов. Сроки хранения документов в архивах. Правила оформления архивного дела. Заголовок дела. Опись дела.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование общепрофессиональных компетенций (ОПК-1) и профессиональных компетенций (ПК-6, ПК-7, ПК-8).

Форма контроля: письменная работа.
Литература: 2, 4, 5, 6

Тема 4. Требования к тексту научной работы и её композиционной структуре

Требования к тексту научного произведения. Последовательность расположения основных частей и разделов ВКР. Титульный лист. Оглавление. Введение. Состояние вопроса (Глава I). Задачи, методы и организация исследования (Глава II). Результаты исследования и их обсуждение (Глава III). Выводы. Практические рекомендации. Список литературы. Приложения. Требования к выпускной квалификационной работе, выполненной в виде проекта. Требования к оформлению работы. Общие требования к презентации научной работы.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование общепрофессиональных компетенций (ОПК-11, ОПК-16) и профессиональных компетенций (ПК-6, ПК-7, ПК-8).

Форма контроля: письменная работа.
Литература: 2, 4, 5, 6

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование

общепрофессиональных компетенций (ОПК-1) и профессиональных компетенций (ПК-6, ПК-7, ПК-8).

Тема 5. Оформление и содержание отчёта по научной работе и других научных произведений, исходя из требований ГОСТ

Возможности ПК и редактора Microsoft Excel для оформления графиков и диаграмм различного вида в научных произведениях. Содержание государственных стандартов Российской Федерации, регламентирующих научно-исследовательскую деятельность, а также структуру и правила оформления научных произведений.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование общепрофессиональных компетенций (ОПК-1) и профессиональных компетенций (ПК-6, ПК-7, ПК-8).

Форма контроля: письменная работа.
Литература: 2, 4, 5, 6

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание практических занятий

Тема 1. Организация и проведение научных исследований в спортивно-оздоровительном туризме. Формально-логические методы исследования

Общие представления о науке. Наука как система. Научно-исследовательская работа студентов (НИРС) и учебно-исследовательская работа студентов (УИРС). Основные этапы организации научного исследования: определение и формулировка проблемы исследования, объекта, предмета и темы исследования, определение цели и задач исследования, выдвижение гипотезы, работа с литературой, выбор методов исследования, организация и проведение исследования (проверка гипотезы), обработка результатов исследования, литературно-графическое оформление, подведение итогов работы. Методы научного исследования СОТ. Методы теоретического познания при проведении научных исследований: анализ и синтез, индукция и дедукция, классификация, морфологический анализ, метод обобщения.

Обосновать проблему и актуальность исследования исходя из названия (темы) курсовой или выпускной квалификационной работы. Сформулировать гипотезу, цель, объект и предмет исследования и охарактеризовать её

практическую значимость на основе выявления и анализа уровня разработанности конкретного научного направления.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование универсальных (УК-1), общепрофессиональных (ОПК-9, ОПК-11) и профессиональных компетенций (ПК-10, ПК-11).

Форма контроля: письменная работа, обосновывающая основные положения (методологический аппарат) научного исследования или выпускной квалификационной работы, исходя из сформулированной темы и актуальности.
Литература: 2, 4, 5, 6.

5.2.2 Содержание самостоятельных практических занятий

Тема 2. Изучение и анализ научно-методической литературы, документальных и архивных материалов

Характеристика методов работы с книгой. Правила составления записей при анализе литературных источников при оформлении ВКР, курсовой работы и магистерской диссертации. Особенности изучения документальных и архивных материалов при проведении научных исследований. Виды архивных документов. Формализованные (количественные) способы изучения содержания документа. Применение контент-анализа: выделение в тексте документа определённых ключевых понятий с последующим подсчётом частоты употребления этих единиц; соотношения различных выделенных элементов текста друг с другом и с общим объёмом информации. Стандартные единицы контент-анализа: а) слово (термин, символ); б) суждение или законченная мысль; в) определённая тема; г) персонаж; д) автор; е) целостное сообщение. Применение контент-анализа для исследования документов масс-медиа (газетных или журнальных статей, радио и телепередач), а также информации в сети Интернет.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование универсальных (УК-1), общепрофессиональных (ОПК-9, ОПК-11) и профессиональных компетенций (ПК-10, ПК-11).

Форма контроля: письменная работа, направленная на обоснование проблемы, темы и актуальности исследования.
Литература: 2, 4, 5, 6.

Тема 3. Библиографическое описание литературных источников различного вида

Правила библиографического описания литературного источника. Правила описания под именем индивидуального автора, под названием и под именем коллективного автора. Методы аналитического описания литературных источников (статьи из журнала и газеты, статьи из сборника научных работ, отдельного раздела книги или монографии). Описание литературных источников различного вида (учебника, учебного пособия, монографии, автореферата диссертации, диссертации и т.д.).

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование универсальных (УК-1), общепрофессиональных (ОПК-9, ОПК-11) и профессиональных компетенций (ПК-10, ПК-11).

Форма контроля: практическая письменная работа, направленная на описание научно-методической литературы различного вида.
Литература: 2, 4, 5, 6.

Тема 4. Требования к оформлению списка литературы в научных произведениях и ссылок на источники НМЛ в тексте работы

Правила оформления списка научно-методической литературы в научных произведениях. Возможности персонального компьютера для оформления научных произведений. Содержание государственных стандартов Российской Федерации, регламентирующих научно-исследовательскую деятельность, а также структуру и правила оформления списка литературы в научных произведениях. Правила осуществление ссылок на научно-методическую литературу, представленную в списке научного произведения.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование универсальных (УК-1), общепрофессиональных (ОПК-9, ОПК-11) и профессиональных компетенций (ПК-10, ПК-11).

Форма контроля: практическая работа, направленная на составление списка научно-методической литературы.

Литература: 2, 4, 5, 6.

Тема 5. Методы опроса (беседа, интервьюирование и анкетирование). Особенности проведения анкетирования в ФК и спорте

Опрос как метод исследования личности в спорте и туризме. Разновидности опроса: беседа, интервьюирование, анкетирование. Возможности применения результатов собеседования и интервьюирования в научных исследования в области физической культуры и спорта. Характеристика различных видов анкет при исследовании личности. Структура анкеты: вводная часть, основная часть, заключительная часть (паспортичка). Требования к содержанию анкеты. Открытые, закрытые и полузакрытые вопросы. Требования инженерной психологии к форме составления опросных листов (анкет).

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование универсальных (УК-1), общепрофессиональных (ОПК-9, ОПК-11) и профессиональных компетенций (ПК-10, ПК-11).

Формы контроля: разработка типовой анкеты по проблемам ФК и спорта. Проверка правильности и структуры разработанных анкет по предполагаемой теме ВКР или курсовой работы.
Литература: 1, 2, 4, 5, 6.

Тема 6. Методы статистической обработки результатов анкетирования

Анкетирование как наиболее эффективный метод исследования личности в спорте и туризме. Характеристика различных методов обработки результатов анкетирования при исследовании личности: распределение частот, средние значение и квадратическое отклонение. Методы обработки анкет, составленных на основе семантического дифференциала (графическое представление результатов).

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование универсальных (УК-1), общепрофессиональных (ОПК-9, ОПК-11) и профессиональных компетенций (ПК-10, ПК-11).

Формы контроля: провести анкетирование реальных респондентов и обработать результаты проведённого анкетирования различными методами. Представить

полученные данные в виде диаграмм и графиков, сформулировать общее заключение.
Литература: 1, 2, 4, 5, 6.

Тема 7. Применение метода экспертной оценки при проведении научных исследований в туризме

Основные методы экспертной оценки: метод предпочтения и метод полного парного сравнения при исследовании личности спортсмена-туриста или туристско-оздоровительной деятельности. Порядок заполнения экспертного бланка и обработка результатов экспертизы при применении метода полного парного сравнения. Наиболее распространенные методы экспертизы при организации научных исследований, например метод «Дельфы» и «Мозговая атака». Коэффициент границы в экспертной оценке.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование универсальных (УК-1), общепрофессиональных (ОПК-9, ОПК-11) и профессиональных компетенций (ПК-10, ПК-11).

Формы контроля: практическая работа по заполнению бланка экспертной оценки, проверка результатов проведения экспертизы на основе метода полного парного сравнения по актуальной теме исследования СОТ и расчёт основных показателей результатов экспертизы.
Литература: 1, 2, 4, 5, 6.

Тема 8. Графологическое исследование личности. Использование показателей оценки почерка в ФК и спорте

Практическое занятие
(2 часа)

Использование различных подходов при графологической экспертизе почерка. Изучение и анализ особенностей почерка, связанные с размером букв, их наклоном, формой, направлением и т.д. Оценка особенностей почерка в баллах в соответствии со специально разработанными шкалами. Составление психологической характеристики человека на основе оценки общей сумме набранных баллов при графологическом исследовании личности.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование универсальных (УК-1),

общепрофессиональных (ОПК-9, ОПК-11) и профессиональных компетенций (ПК-10, ПК-11).

Формы контроля: предоставление результатов оценки почерка конкретного человека и заключения о его предпочтительной профессиональной деятельности в сфере спорта, рекреации и туризма.
Литература: 1, 2, 4, 5, 6.

Тема 9. Методы оценки соревновательной деятельности в спортивном туризме

Методы анализа местности, спортивных карт, дистанций и путей движения спортсменов на крупнейших всероссийских и международных соревнованиях по туризму. Методы визуально-описательного анализа спортивных карты и графоаналитическое исследование соревновательной деятельности. Методы изучения тренировочных нагрузок в спортивном туризме. Графическая программа «OCAD» и её возможности для подготовки спортивных карт, дистанций, тестовых заданий в спортивном и спортивно-оздоровительном туризме.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование универсальных (УК-1), общепрофессиональных (ОПК-9, ОПК-11, ОПК-16) и профессиональных компетенций (ПК-10, ПК-11).

Формы контроля: практическая работа – описание и оценка значимости учебно-тренировочных нагрузок в спортивном туризме или составление высотного графика маршрута путешествия.
Литература: 2, 3, 4, 5, 6.

Тема 10. Методы определения ландшафтно-рекреационного потенциала туристского региона

Различные методики определения ландшафтно-рекреационного потенциала территории. Методика интегральной оценки ландшафтно-рекреационного потенциала конкретного туристского региона и его пригодности для развития определённых видов туризма (пешеходного, водного, лыжного и т.д.). Методы оценки рельефа местности, водных объектов и растительного покрова. Шкалы оценки ландшафтно-рекреационного потенциала.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование универсальных (УК-1),

общепрофессиональных (ОПК-9, ОПК-11) и профессиональных компетенций (ПК-10, ПК-11).

Формы контроля: практическая работа – определение и расчёт на основе интегральной оценки уровня пригодности конкретного региона для разработки и реализации отдельных видов спортивно-оздоровительного туризма.
Литература: 2, 3, 4, 5, 6.

Тема 11. Картографические методы исследования и их применение в спортивно-оздоровительном туризме

Картографический метод научных исследований в спортивно-оздоровительном туризме. Топографическая и спортивная карта. Применение картометрии, картографии и визуального описательного анализа карт. Методика измерения длин отрезков и ориентиров на топографических и спортивных картах. Исчисление площадей и высот различных точек. Визуальный описательный анализ конкретного региона на основе топографической карты и определение его пригодности для развития определённого вида туризма или соревновательной деятельности.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование универсальных (УК-1), общепрофессиональных (ОПК-9, ОПК-11) и профессиональных компетенций (ПК-10, ПК-11).

Формы контроля: практическая работа – подготовка топографической карты с визуальным описательным анализом ландшафта и с обоснованием категории сложности туристских маршрутов, которые можно реализовать на данной местности.
Литература: 2, 3, 4, 5, 6.

Тема 12. Методика проведение педагогических контрольных испытаний (метод тестирования)

Общие требования к технологии проведения контрольных испытаний, направленных на оценку специальной подготовленности спортсменов-туристов. Основные понятия теории тестов. Требования к тестам. Информативность, надежность, объективность, стабильность, согласованность, стандартность и наличие системы оценок. Комплексные контрольные испытания (батарея тестов). Различительная возможность теста. Контроль физического состояния (подготовленности) туриста (выносливость, сила, скоростные и скоростно-силовые качества, координация, гибкость). Особенности психодиагностических

измерений (уровень развития памяти, внимания, мышления). Бланковые варианты тестов интеллекта и особенности их применение в спортивно-оздоровительном туризме.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование универсальных (УК-1), общепрофессиональных (ОПК-9, ОПК-11) и профессиональных компетенций (ПК-10, ПК-11).

Форма контроля: проведение практического тестирования на основе батареи тестов, направленных на изучение физической или интеллектуальной подготовленности спортсменов-туристов.
Литература: 2, 3, 4, 5, 6.

Тема 13. Методика разработки оценочных таблиц специальной подготовленности на основе данных тестовых испытаний

Общие требования к технологии составления оценочных таблиц в спортивной метрологии. Основные виды оценочных шкал. Разработка шкал оценок специальной подготовленности спортсменов-туристов различного возраста и уровня подготовленности. Расчёт оценочных показателей исходя из возраста и уровня подготовленности участников тестирования.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование универсальных (УК-1), общепрофессиональных (ОПК-9, ОПК-11) и профессиональных компетенций (ПК-10, ПК-11).

Форма контроля: практическая работа – расчёт и составление шкалы оценки конкретных тестов, направленных на изучение физической или интеллектуальной подготовленности спортсменов-туристов.
Литература: 2, 3, 4, 5, 6.

Тема 14. Требования к тексту научной работы и к её композиционной структуре

Последовательность расположения основных частей и разделов научной работы. Оформление титульного листа, оглавления, введения. Содержание первой главы «Состояние вопроса». Формулировка задач и методов исследования. Оформление организации исследования: основные этапы исследования. Результаты исследования и их обсуждение. Выводы. Разработка практических

рекомендаций. Список литературы. Приложения. Требования к выпускной квалификационной работе, выполненной в виде проекта.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование универсальных (УК-1), общепрофессиональных (ОПК-9, ОПК-11) и профессиональных компетенций (ПК-10, ПК-11).

Форма контроля: письменная практическая работа – оформление раздела «Организация исследования» в конкретном научном произведении (исследовании).
Литература: 2, 4, 5, 6.

Тема 15. Методика оформления иллюстративного материала в научных произведениях

Методика оформления цифровой информации в научном произведении (в курсовой работе и ВКР). Аналитические таблицы результатов исследования. Требования к оформлению таблиц. Методика оформления иллюстративного материала в научной работе. Виды рисунков. Требования к построению графиков, схем и диаграмм. Представление формул и уравнений. Общие требования к презентации научной работы.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основах научно-методической деятельности в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, а также опыта практической работы по организации и проведению научных исследований, на формирование универсальных (УК-1), общепрофессиональных (ОПК-9, ОПК-11) и профессиональных компетенций (ПК-10, ПК-11).

Форма контроля: письменная практическая работа – оформление таблицы и рисунка на основе конкретных данных научного исследования.
Литература: 2, 4, 5, 6.

6. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представ-ления
1	*2*	*3*	*4*
1. Организация и проведение научных исследований в спортивно-оздоровительном туризме. Ознакомиться с основами организации и проведения научных исследований. Проанализировать методы изучения научно-методической литературы и библиографического описания литературных источников. Ознакомиться с тематикой ВКР по рекреации и СОТ, разработанной на выпускающей кафедре. Подготовить реферат на тему: «Академические и ученые степени в Российской Федерации и за рубежом». Сделать подборку литературы по одной из современных научных проблем в туризме. Составить библиографическое описание отобранных источников. Ознакомиться с системой пользования библиотечными каталогами. Посетить городской или областной архив. Заказать подборку дел по проблеме предполагаемого исследования. Составить описание и анализ изученных дел. Подготовить аналитическую работу на тему: «Использование формально-логических методов исследования в рекреации и туризме».	16	Аналитическая письменная работа. Записи в тетради. Реферат	7 семестр
2. Методы исследования личности в сфере спортивно-оздоровительного туризма. Разработать программу интервьюирования респондентов. Определить и обосновать структуру профессиональной деятельности в СОТ, в зависимости от разделения труда на умственный и физический, организаторский и исполнительский, сложный и простой, творческий и стереотипный и на основе этого разработать бланк экспертной оценки. Разработать анкету, направленную на исследование: «Перспективы развития туристкой отрасли Смоленской области», «Причин и профилактики травматизма в активных видах туризма», «Проблемы развития спортивно-оздоровительного туризма в Смоленской области», «Особенностей развития отдельных видов туризма в Российской Федерации» и т.п. Провести выборочное анкетирование, обработать результаты данного опроса. Провести анализ результатов анкетирования. На основе анализа результатов анкетирования сделать выводы и дать практические рекомендации. Подготовить творческую разработку: «Построение карьеры в туризме, исходя из результатов графологического исследования личности».	16	Письменная аналитическая работа. Записи в тетради. Результаты анкетирования	57семестр

3. Специфические методы исследования спортивно-оздоровительного туризма. Провести изучение рельефа местности определённого туристского региона Российской Федерации или соревновательной деятельности в конкретном виде СОТ, используя картографические методы исследования. Провести анализ результатов исследования и сделать вывод, для каких видов спортивного туризма подходит данный регион. Провести определение туристско-рекреационного потенциала региона, который изучается в рамках выполнения ВКР. Подготовить творческую разработку: «Визуальный описательный анализ топографических карт с анализом пригодности региона для развития определённых видов спортивно-оздоровительного туризма».	16	Конспект. Творчес-кая работа.	5 семестр
4. Композиционная структура научных произведений. Ознакомиться с содержанием и особенностями оформления выпускной квалификационной работы по направлению «РиСОТ». Подготовить раздел «Введение» с обоснованием актуальности исследования по предварительно выбранной теме. Изучить содержание ГОСТ Р «Отчет о научно-исследовательской работе. Структура и правила оформления». Подготовить реферат на тему: «Правила оформления иллюстративного материала в научных произведениях».	10	Реферат. Записи в тетради.	1 семестр
ИТОГО	**58**		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной, аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы бакалавры могут пользоваться учебной рабочей программой по дисциплине, которая включает следующие методические материалы: краткие конспекты и словари терминов.

Формы самостоятельной работы студентов:

● Работа с Интернет-ресурсами.

● Работа в Научной библиотеке СГУС.

● Работа с литературой в методкабинете кафедры «Туризма и спортивного ориентирования».

Виды самостоятельной работы студентов:

● Подготовка к практическим занятиям выполняется регулярно, исходя из расписания занятий.

● Подготовка рефератов, письменных аналитических работ, сообщений.

● Подготовка практических работ.

● Подготовка к итоговому экзамену.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат (сообщение, презентацию, аналитическую работу). В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы, представляемой студентам для самостоятельного изучения дисциплины, соответствует перечню основной и дополнительной литературы, представленной в разделах 8 и 9 данной рабочей программы.

7. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции	Индикаторы достижения
УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки	**Знает (пороговый уровень):** принципы повышения эффективности профессиональной деятельности на основе применения информационно-коммуникационных технологий и системного анализа в процессе научных исследований. Основы использования различных источников информации по объекту туристско-спортивной деятельности при проведении НИР. **Умеет (стандартный уровень):** работать с научно-методической литературой и другими источниками информации. Использовать различные формально-логические методы научного исследования спортивно-оздоровительного туризма. Осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач. Применять информационно-коммуникационные технологии при разработке и реализации туристско-спортивного продукта. **Владеет (эталонный уровень):** навыками работы с архивными и библиографическими источниками при определения цели и задач исследования. Иметь навыки использования формально-логических методов исследования спортивно-туристской деятельности. Опытом применения информационно-коммуникационных технологий при научном обосновании перспектив развития спортивно-оздоровительного туризма.
ОПК-11 Способен проводить исследования по определению эффективности, используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской	Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки	**Знает (пороговый уровень):** современные методы и технологии научного исследования в рекреации и спортивно-оздоровительном туризме. **Умеет (стандартный уровень):** работать с научно-методической литературой, документальными и архивными источниками, а также технической аппаратурой при научном исследовании спортивно-оздоровительного туризма. **Владеет (эталонный уровень):** навыками работы с архивными и библиографическими источниками при отборе фактического материала, необходимого для обоснования

деятельности		методов и методик исследования. Опыт применения формально-логических методов исследования и специфических методов исследования спортивно-оздоровительного туризма.
ПК-10 Способен выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта, проводить научный анализ, обобщение результатов исследований и применять их в практической деятельности	Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки	**Знает (пороговый уровень): м**етоды и технологии исследования спортивно-оздоровительного туризма. Принципы обобщения результатов исследований и основы и перспективы их применения в практической деятельности. **Умеет (стандартный уровень):** выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта, проводить научный анализ и обобщение результатов исследований, эффективно применять их при осуществлении практической деятельности в спортивно-оздоровительном туризме. **Владеет (эталонный уровень):** навыками применения прикладных методов исследования рекреационно-оздоровительной деятельности, интерпретации фактических данных, полученных в результате проведения научных исследований. Опытом определения туристско-рекреационного потенциала территории и её пригодности для спортивно-оздоровительных целей.
ПК-11 Способен применять информационные технологии для обработки результатов научных исследований и решения практических задач в сфере физической культуры и спорта	Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки	**Знает (пороговый уровень):** научные основы обработки, обобщения и анализа научно-методической информации в области рекреации и туризма. Инновационные технологии научной организации исследований двигательной деятельности в спортивно-оздоровительном туризме. Общую характеристику процесса исследования рекреационной, спортивной и оздоровительной деятельности. **Умеет (стандартный уровень):** работать со справочной литературой и другими источниками информации. Определять туристско-рекреационный потенциал региона и направления развития научных исследований в области спортивно-оздоровительного туризма. **Владеет (эталонный уровень):** навыками использования методов анализа и обработки научно-методической информации в практической деятельности. Навыками работы с библиографическими источниками и отбора фактического материала по теме исследования. Опытом применения прикладных методов исследования в рекреации и спортивно-оздоровительном туризме.

7.2 Типовые контрольные задания

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Для проверки эффективности преподавания дисциплины проводится контроль знаний студентов:

- *текущий и промежуточный контроль* – выполнение практических заданий с последующей оценкой проделанной работы;

- *итоговый контроль* – сдача дифференцированного зачёта и защита выпускной квалификационной работе в пятом семестре в соответствии с перечнем вопросов, отражающих содержание программы обучения студентов.

На практических занятиях преподаватель оценивает активность студентов в дискуссиях, умение формировать свои позиции, что учитывается как составляющие рейтинговой оценке студентов по данному курсу, проверяются знания материала лекционного курса.

Требования к уровню освоения содержания курса: в результате изучения дисциплины студент должен знать основные технологии научно-исследовательской деятельности в рекреации и спортивно-оздоровительном туризме; федеральные законы и государственные стандарты, регулирующие научно-методическую деятельность в РиСОТ; специфику деятельности туристских фирм как субъектов экономических отношений. Уметь в письменной и устной форме выражать свою мысль, быть способным в условиях динамично развивающегося общества к переоценке накопленного опыта, анализу своих возможностей. Уметь приобретать новые знания, используя современные информационно-образовательные технологии. Отработать навыки работы с источниками литературных знаний: учебниками, учебными пособиями, справочниками, научными статьями, данными из сети Интернет

При проведении тестового контроля, в процентном соотношении, оценки (по пятибалльной системе) выставляются в следующих диапазонах: а) оценка «неудовлетворительно» – менее 50% правильных ответов; оценка «удовлетворительно» – от 50% до 65% правильных ответов; оценка «хорошо» – от 65% до 85% правильных ответов; оценка «отлично» – более 85% правильных ответов.

Главным требованием к любому средству оценки является валидность, то есть способность данного средства оценки измерять именно ту компетенцию, которую оно призвано измерять. К дополнительным универсальным требованиям относятся точность и надёжность.

Методологическим ключом к построению банка заданий и шкалы оценки стала неразрывная связь между компетенциями и успешным решением задач профессиональной деятельности, социальным участием и личным ростом.

Способность решать те или иные задачи (т.е. уровень владения компетенциями) может быть инструментально измерена через способность выпускника (студента, слушателя) результативно выполнять учебные задания, моделирующие комплексное решение реальных проблем, либо отдельные их аспекты.

При разработке средств и шкал оценки нами учитывался тот факт, что каждому компетентностному кластеру должны соответствовать свои задания и методики их проведения.

7.2.2 Тестовые задания для текущего контроля

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Сорок заданий содержат по 4 варианта ответов, из которых правильным может быть только один. Необходимо указать правильный вариант ответа.

1. **Библиографическое описание, состоящее из обязательных и всех факультативных элементов, носит название:**
   а. краткое.
   б. расширенное.
   в. полное.
   г. сводное.

2. **Назовите принцип составления списка использованной литературы, в котором произведения располагаются в порядке их написания (или публикации):**
   а. алфавитный.
   б. логический.
   в. хронологический.
   г. персональный.

3. **Независимо от выбранного способа группировки в начало списка использованной литературы помещают:**
   а. литературные источники иностранных авторов.
   б. официальные документы (законы, постановления, указы, ГОСТы и т.д.).
   в. депонированные рукописи.
   г. архивные материалы.

4. **Под именем индивидуального автора составляется библиографическое описание произведения (документа) не более:**
   а. двух авторов.
   б. трёх авторов.
   в. четырёх авторов.
   г. пяти авторов.

5. **Библиографическое описание составной части документа (отдельной статьи, главы, параграфа и т.д.) носит название:**
   а. аналитическое описание.
   б. монографическое описание.
   в. сводное описание.
   г. однотипное описание.

6. **В библиографическом описании (БО) применяются квадратные скобки – [ ] в тех случаях, когда:**
   а. составитель БО выявил библиографическую информацию из источников вне издания, на которое БО было составлено.
   б. информация используется для обозначения её логической роли в данном библиографическом описании.
   в. массив БО источников разбивается на несколько предметно-тематических разделов.
   г. в БО выделяют особые разделы (части) источника, имеющие яркую специфику.

7. **Понятие «метод» произошло от греческого «methodos», что означает:**
   а. способность к предсказанию.
   б. путь исследования.
   в. объективная реальность.
   г. организация исследования.

8. **Метод исследования и способ рассуждения, в котором общий вывод строится на основе частных посылок, называется:**
   а. интуиция.
   б. дедукция.
   в. анализ.
   г. индукция.

9. **Эксперимент, характеризующийся незначительными изменениями обычных условий обучения или воспитания, носит название:**
   а. лабораторный эксперимент.
   б. формирующий эксперимент.
   в. последовательный эксперимент.
   г. естественный эксперимент.

10. **В практике научного исследования существуют различные методы оценки будущего состояния объекта. Их объединяют в три основные группы:**
    а. экстраполяция, экспертная оценка, моделирование.
    б. наблюдение, сравнение, дедукция.
    в. абстрагирование, анализ, индукция.

г. интерполяция, синтез, экстраполяция.

11.Методом научного исследования, основанном на разложении целого предмета на составные части, является:

а. синтез.
б. детализация.
в. формализация.
г. анализ.

12.В научной полемике ссылка на высказывания или мнения великих учёных, специалистов и т.д. в поддержку своего тезиса, представляет собой:

а. аргумент к личности.
б. аргумент к авторитету.
в. аргумент к публике.
г. аргумент к силе.

13.Положение, принимаемое без логического доказательства, в силу его непосредственной убедительности, это:

а. вывод.
б. предположение.
в. аксиома.
г. рассуждение.

14.Основным, исходным положением какой-либо научной теории или мировоззрения, требующим экспериментальной проверки и научного доказательства является:

а. принцип.
б. гипотеза.
в. анализ.
г. аспект.

15.Любая наука основана на фактах. Способы получения этих фактов называются:

а. закономерностями научного процесса.
б. научно-теоретическим мышлением.
в. методами научного исследования.
г. методами научного познания.

16.Понятие «теория» произошло от греческого «theoria» – исследование. Критерием истинности и основой развития теории является:

а. интуиция.
б. доказательство.
в. практика.
г. объективность.

17. Научное предположение, выдвигаемое для объяснения каких-либо явлений природы или общества, путях и способах получения нового знания – это:

а. доказательство.
б. аналогия.
в. теория.
г. гипотеза.

18. Метод исследования, содержащий задания стандартной формы, по которым проводятся испытания для определения тех или иных интересующих исследователя показателей – это:

а. анкетирование.
б. тестирование.
в. хронометрирование.
г. интервьюирование.

19. Существуют различные методы научного исследования. Такие методы, как *индукция, дедукция, анализ, синтез, абстрагирование* относят к:

а. специфическим.
б. общим.
в. формально-логическим.
г. частным.

20. Процесс и результат составления по определённым правилам перечня сведений о каком-либо документе, которое идентифицирует этот документ и позволяет отыскать его среди подобных, носит название:

а. контент-анализ.
б. метод семантического дифференциала.
в. верификация.
г. библиографическое описание.

21. Анкетирование, как метод научного познания, подчиняется определённым требованиям. Исходя из этого, качественно разработанная анкета должна состоять из:

а. двух частей.
б. трёх частей.
в. четырёх частей.
г. пяти частей.

22. Не всякое испытание можно назвать тестом, а только то, которое отвечает основным метрологическим требованиям, таким как:

а. консервативность, ординарность, доступность.
б. надёжность, информативность, стабильность.
в. истинность, исключительность, конкретность.

г. доказательность, объективность, необходимость.

23. Тесты, в основе которых лежат двигательные задания, называются:

а. тесты интеллектуальных способностей.

б. психодиагностические тесты.

в. личностные тесты.

г. моторные тесты.

24. Особый вид научной работы, который представляет результаты проведённого автором научного исследования – это:

а. диссертация.

б. аннотация.

в. рецензия.

г. доклад.

25. Существуют различные методы научного исследования: общие и специфические, эмпирические и теоретические. Такие методы, как *беседа, интервью, анкетирование* относятся к методам:

а. тестирования.

б. экспериментирования.

в. опроса.

г. хронометрирования.

26. Реферат – это краткое изложение в письменном виде определённого научного материала: содержания книги, учения, научной проблемы и т.д. Реферат, представляющий собой итог самостоятельного изучения нескольких научных работ и отражающий их основное содержание, называется:

а. итоговый реферат.

б. теоретический реферат.

в. монографический реферат.

г. обзорный реферат.

27. Метод, при помощи которого явления действительности изучаются в контролируемых, управляемых и точно учитываемых условиях – это:

а. абстрагирование.

б. интерпретация.

в. систематизация

г. эксперимент.

28. Гипотеза – это предполагаемое решение научной проблемы. Главное условие, которому должна удовлетворять рабочая гипотеза – её:

а. завершённость.

б. проверяемость.

в. научность.

г. системность.

29. Необходимым условием связи между научной проблемой и гипотезой является единый понятийно-терминологический:

а. препарат.
б. агрегат.
в. конструкт.
г. аппарат

30. Главной, определяющей эффективность научной деятельности, целью является получение новых знаний об объективной реальности. При этом важнейшим средством научного познания является:

а. язык науки.
б. опыт.
в. интуиция.
г. предвидение.

31. Метод исследования, применяемый для измерения на картах координат и высот различных точек, длин отрезков или ориентиров, исчисление площадей и размеров объектов, называется:

а. графический анализ карты.
б. картометрия.
в. визуальный описательный анализ карты.
г. математико-картографическое моделирование.

32. Экспертизой называется оценка, получаемая путём выяснения мнений специалистов в определённой области знаний. К методам экспертной оценки также относится:

а. хронометрирование.
б. рефлексия.
в. беседа.
г. метод Дельфи.

33. Комбинация математических или химических знаков, выражающих какую-либо зависимость, в научной работе носит название:

а. формула.
б. тезис.
в. ссылка.
г. теорема.

34. Метод, позволяющий анализировать одновременное влияние различных факторов на исследуемую зависимую переменную, носит название:

а. статистический анализ.
б. аналитический тест.
в. дисперсионный анализ.
г. сравнительный метод.

35. Отношение среднего квадратического отклонения к среднему арифметическому, выраженное в процентах, называется:

а. коэффициент детерминации.
б. коэффициент соотносительности.
в. коэффициент вариации.
г. коэффициент корреляции.

36. Определение взаимосвязи показателей, измеренных в шкале порядка, т.е. между качественными признаками, расположенными в ряду распределения с учётом степени их выраженности, носит название:

а. ранговая корреляция.
б. линейная корреляция.
в. факторный анализ.
г. множественная корреляция.

37. Коэффициент корреляции, абсолютное значение которого лежит в пределах от 0,69 до 0,5 означает:

а. слабую статистическую взаимосвязь.
б. среднюю статистическую взаимосвязь.
в. сильную статистическую взаимосвязь.
г. функциональную взаимосвязь.

38. При разработке оценочных шкал на основе средних и стандартов, результат оценивается как высокий, если его показатель лежит в границах:

а. от $\bar{x} - 0{,}5\sigma$ до $\bar{x} + 0{,}5\sigma$.

б. от $\bar{x} - 1\sigma$ до $\bar{x} - 0{,}5\sigma$.

в. от $\bar{x} + 0{,}5\sigma$ до $\bar{x} + 1\sigma$.

г. от $\bar{x} + 1\sigma$ до $\bar{x} + 2\sigma$.

39. Академическая степень первой ступени высшего образования в Российской Федерации носит название:

а. кандидат наук.
б. специалист.
в. магистр.
г. бакалавр.

40. Исследование и оценка содержания текста документов (книг, статей в газетах и журналах, архивных документов и т.д.) – это:

а. индукция.
б. контент-анализ.
в. квалиметрия.
г. кластерный анализ.

Примерный перечень тем курсовых работ по дисциплине «ОНМД в физической культуре и спорте»

1. Анализ путей развития научных исследований в сфере рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.
2. Применение методов опроса при проведении научных исследований в рекреации и спортивно-оздоровительном туризме.
3. Роль научных исследований в повышении качества социально-культурного обслуживания населения.
4. Основы применения метода тестирования при проведении научных исследований в рекреации и спортивно-оздоровительном туризме.
5. Методика тестирования специальной интеллектуальной работоспособности работников, занятых в сфере рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.
6. Методика определения скоростных, скоростно-силовых и силовых способностей в спортивном туризме.
7. Методика определения уровня специальной выносливости, занимающихся спортивно-оздоровительным туризмом.
8. Методика определения уровня функциональной подготовленности занимающихся спортивно-оздоровительным туризмом.
9. Общая характеристика методов научного познания, применяемых в рекреации и туризме.
10. Методы определения ландшафтно-рекреационного потенциала туристского региона (на примере любого региона России).
11. Виды научных работ и их характеристик (доклад, реферат, курсовая и дипломная работа).
12. Картографические методы научного исследования в рекреации и различных видах туризма.
13. Формально-логические методы научного исследования туризма.
14. Методика проведения комплексного педагогического контроля в спортивно-оздоровительном туризме.
15. Педагогическое наблюдение как метод научного познания в рекреации и туризме.
16. Аналитико-синтетическая обработка научно-методической литературы, документальных и архивных материалов.
17. Математико-статистическая обработка материалов научной и методической деятельности в рекреации и туризме.
18. Современные информационные технологии в повышении эффективности научной и методической деятельности в рекреации и туризме.
19. Основные требования к рукописи научного произведения и её оформлению.

20. Проведение экспериментальных исследований в туризме. Виды экспериментальных исследований.
21. Особенности применения метода экспертных оценок при проведении научных исследований в спортивно-оздоровительном туризме.
22. Правила оформления иллюстративного материала при подготовке научной рукописи публичной защите.
23. Методы определения биоэнергетического потенциала человека при проведении научных исследований в туризме.
24. Научно-исследовательская работа студентов и её значение в повышении качества подготовки специалистов по туризму.
25. Графологическое исследование личности как метод научного познания.
26. Методы изучения демографической ситуации и её влияния на развитие туристского региона.

7.2.3 Практические задания для текущего и промежуточного контроля

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ №1

«МЕТОДИКА ОПРЕДЕЛЕНИЯ ЛАНДШАФТНО-РЕКРЕАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА РЕГИОНА»

Туристские маршруты и учреждения, как правило, располагаются там, где имеются богатые рекреационные ресурсы. Для установления границ рекреационных территорий проводят интегральную оценку пригодности данной территории для рекреации и туризма. Интегральная рекреационная оценка ландшафта складывается из средних значений основных его составляющих: *рельефа, водных объектов и растительного покрова.* При интегральной (трехбалльной) оценке устанавливается следующая градация ландшафта для рекреационного освоения:

● благоприятный для освоения (2,5 – 3,0 балла);
● относительно благоприятный (1,5 – 2,4 балла);
● неблагоприятный для освоения (1,0 – 1,4 балла).

1. Оценка рельефа для лечебно-оздоровительного отдыха. Рельеф – это совокупность всех неровностей земной поверхности, которые называются «формами рельефа». Их различают по размерам, строению, происхождению и т.д. По размерам выделяют крупнейшие, крупные, средние и мелкие формы рельефа. *Крупнейшие* – это материки и океанические впадины, *крупные* – горы и равнины, *средние и малые* – холмы, ямы, овраги, дюны и др. Считается, что для лечебно-оздоровительного отдыха наиболее благоприятна пересечённая местность с незначительными или средними превышениями.

При оценке рельефа для лечебно-оздоровительного отдыха необходимо учитывать:

● абсолютную высоту местности;
● степень расчлененности рельефа, которая характеризуется крутизной склонов, глубиной и густотой их расчленения;
● степень мозаичности рельефа – отношение количества контуров урочищ к площади изучаемых ландшафтов;
● степень разнообразия рельефа – отношение видов урочищ к площади изучаемых ландшафтов;
● экзотичность пейзажного разнообразия – степень контраста места отдыха по отношению к постоянному месту жительства;
● уникальность пейзажного разнообразия – степень встречаемости и неповторимости отдельных объектов рельефа;
● опасность рельефных форм (наличие опасных природных явлений: оползни, сели, снежные лавины, вулканизм, землетрясения, камнепады и др.).

2. Оценка водных объектов. К водным объектам относятся моря, океаны, реки, озёра, подземные минеральные воды и искусственные водоёмы

(водохранилища, пруды, карьеры и др.). При оценке водных объектов рассматриваются:

● условия подхода к воде;
● наличие и качество пляжной полосы;
● характер дна;
● скорость течения и глубина реки;
● степень преобладания слабого волнения на крупных водоёмах;
● температура воды;
● продолжительность купального сезона.

При оценке пригодности *вод Мирового океана* (моря или части океана) для пляжно-купального отдыха рассматривается их местоположение относительно территории страны или местоположение моря относительно территории океана (окраинное, внутреннее или межостровное). Затем даётся характеристика глубин прибрежной зоны (средняя и максимальная глубина), рельефа дна и изрезанности береговой линии. Далее следует дать характеристику свойств вод моря: температура и её изменение в течение года, солёность, движение вод (течения и волнения вод) и кратко сообщить об органической (биологической) жизни водоёма.

Общая характеристика *реки* включает следующие сведения: название реки и её место в речной системе (главная река или приток). Далее характеризуется течение реки (горная или равнинная, маловодная или многоводная), температура воды, скорость течения воды, характер русла (наличие водопадов, порогов, перекатов и др.), продолжительность и устойчивость ледового покрова.

Общая характеристика *озера* включает следующую информацию: название озера, его местоположение, характер береговой линии и горных пород, слагающих берега и дно озера, глубина, температура воды, солёность (сточное или бессточное), движение вод озера, характеристика рельефа и растительности берегов.

3. Растительный покров и его оценка. Значение растительного покрова как рекреационного ресурса очень велико, так как леса обогащают воздух кислородом и поглощают углекислый газ. Кроме того, они очищают воздух от различных видов загрязнений и стериализующе действуют на определённые микроорганизмы за счёт летучих веществ, выделяемых древесной растительностью. Наибольшую привлекательность для туристов представляют сухие светлые леса с большим разнообразием видового состава.

При характеристике и оценке растительного покрова анализируются следующие элементы:

● площадь, занимаемая лесом;
● перечень основных древесных пород, их процентное соотношение;
● возраст древостоя (в годах);
● высота древостоя (в метрах);
● количество ярусов и краткая характеристика наиболее интересных из них (например, подлеска);
● тип леса (лиственный, хвойный, смешанный и др.);
● наличие редких и реликтовых растений и животных;

● санитарно-гигиеническая оценка леса;
● эстетическая оценка леса.

4. Следующим этапом является ***экологическая оценка*** состояния природной среды, которая проводится с использованием трёх ступенчатой шкалы. При этом устанавливаются:

● экологически чистые территории (2,5 – 3,0 балла);
● относительно чистые территории (1,5 – 2,4 балла);
● экологически грязные территории (1,0 – 1,4 балла).

В заключение проводится ландшафтно-рекреационное зонирование территории. Ландшафтно-рекреационное зонирование – это интегральная оценка пригодности (потенциала) данной территории для рекреации и туризма, которая заключается в суммировании ландшафтной и экологической оценок и установлении границ рекреационных территорий. При этом выявляются:

● *Благоприятные рекреационные территории*, которые характеризуются высоким ландшафтно-рекреационным потенциалом и экологически чистой природной средой (5,0 – 6,0 баллов);

● *Относительно благоприятные рекреационные территории* включают:

- благоприятные ландшафты и относительно чистую природную среду (4,0 – 5, 4 балла);
- относительно благоприятные ландшафты и чистую природную среду (4,0 – 5, 4 балла);
- относительно благоприятные ландшафты и относительно чистую природную среду (3,0 – 4,8 балла);

● *Остальные территории* (сумма составляющих оценок менее 3-х баллов) относятся к неблагоприятным для рекреационного освоения.

Пример расчёта интегральной оценки ($И_{оц}$) по четырём критериям. В результате проведённой экспертизы получены следующие оценки:

-оценка рельефа – 2,8 баллов;
-оценка водных объектов – 1,7 балла;
-оценка растительного покрова – 2,4 балла;
-оценка экологического состояния – 2,9 балла.

$И_{оц}$ = (2,8+1,7+2,4)/3 + 2,9 =6,9/3 + 2,9 = 2,3 + 2,9 = 5,2. Оценка 5,2 балла характеризует территорию, как *благоприятную* для рекреационного освоения.

Ландшафтно-рекреационное зонирование территории необходимо для грамотного выбора местности, благоприятной для развития туризма.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ №2

«ГРАФОЛОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА ЛИЧНОСТИ КАК МЕТОД НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ В ТУРИЗМЕ»

Графология – это наука о почерке людей, рассматривающая особенности выразительных движений, фиксируемых в письме, как отражение психических свойств пишущего, его характерологических черт, которые проявляются в поведении и деятельности.

При графологической экспертизе почерка используются разные подходы. При самом доступном способе выявляются особенности почерка, связанные с размером букв, их наклоном, формой, направлением и т.д. Затем все эти особенности почерка оцениваются в баллах в соответствии со специально разработанными шкалами.

Размер букв

- очень маленькие буквы……. 3 балла
- маленькие буквы…… 7 баллов
- средние…… 17 баллов
- крупные…….20 баллов

Форма букв

- округлые…….9 баллов
- бесформенные……10 баллов
- угловатые…….19 баллов

Наклон букв

- левый наклон…….3 балла
- лёгкий наклон влево……..5 баллов
- резкий наклон вправо……6 баллов
- прямое написание……..10 баллов
- правый наклон…….14 баллов

Направление почерка

- строчки «ползут» вверх……16 баллов
- строчки прямые……..12 баллов
- строчки «скользят» вниз……1 балл

Интенсивность (размашистость и сила нажима)

- лёгкая……8 баллов
- средняя……..15 баллов
- сильная……..21 балл

Характер написания букв

- склонность к соединению……..11 баллов

● склонность к отделению букв друг от друга……18 баллов
● смешанный стиль написания……15 баллов

Общая оценка почерка

● почерк старательный, буквы выведены аккуратно……13 баллов
● почерк неровный, одни буквы в слове чёткие, другие читаются с трудом……9 баллов
● буквы написаны кое-как, почерк небрежный, неразборчивый……4 балла

Затем, по общей сумме набранных баллов, даётся психологическая характеристика человека как личности.

ХАРАКТЕРИСТИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ И ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ НА ОСНОВЕ ГРАФОЛОГИЧЕСКОЙ ОЦЕНКИ ПОЧЕРКА

По общей сумме набранных баллов люди характеризуются следующим образом:

38-51 балл – очень слабое здоровье или возраст более 80 лет;
52-63 балла – как правило, люди робкие, нерешительные, флегматичные, пассивные в делах;
64-75 баллов – обычно люди нерешительные, с мягким характером, утончёнными манерами. Они нередко ведут себя наивно, однако не лишены чувства собственного достоинства;
76-87 баллов – люди с таким почерком отличаются прямодушием и откровенностью. Они обаятельные и впечатлительные, как правило, верные друзья и хорошие семьянины;
88-98 баллов – этот почерк характерен для людей чётких в действиях и в речи, с устойчивым психическим состоянием, инициативных. Решительных и смекалистых;
99-109 баллов – это выраженные индивидуалисты, отличающиеся повышенной вспыльчивостью, острым и быстрым умом, обычно независимые в суждениях и поступках. Они в то же время обидчивы и нередко трудны во взаимоотношениях в коллективе, так как отличаются вздорным характером и сварливостью. Среди них встречаются одарённые личности, склонные к творческой деятельности;
110-121 балл – это люди без чувства ответственности, недисциплинированные, необязательные, грубые и заносчивые.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ №3

«ВИЗУАЛЬНЫЙ ОПИСАТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СПОРТИВНО-ТОПОГРАФИЧЕСКИХ КАРТ»

С помощью данного метода решаются следующие задачи:
-ознакомление и оценка туристских возможностей района предполагаемого путешествия (похода);
-выбор оптимальных (по расстоянию и степени сложности естественных препятствий) маршрутов походов и путешествий;
-характеристика природных объектов, являющихся целью туристского посещения. Например, параметров гидрографических объектов, которые являются целью водного путешествия.

При визуальном описательном анализе спортивных и топографических карт характеризуются и оцениваются такие показатели, как закрытость местности, краевые зоны, растительность, рельеф местности, гидрографические объекты.

1. Оценка закрытости местности. Визуальный описательный анализ карты начинается с определения закрытости местности. В зависимости от степени залесённости местности выделяют закрытые и открытые пространства. Степень закрытости местности определяют в процентах от общей площади ландшафта. Если залесённость территории превышает 50-60%, то эстетическая ценность ландшафта снижается. Например, при пешем передвижении по сильно залесённой местности человек быстро утомляется и воспринимает все пейзажи как однообразное множество. Поэтому, при оценке наибольший балл получают природные комплексы с полуоткрытыми пространствами, т.е. такие, в пространственную структуру которых входят как *закрытые*, так и *открытые* пространства.

2. Оценка краевых зон. Исследование распределения туристов по участкам национальных парков, показало, что наибольшей притягательной силой обладают краевые зоны (особенно на равнине). Под *краевыми зонами* понимаются пограничные полосы между двумя разнородными средами или природными комплексами: например, суша – вода (вызывает у людей сильный положительный эффект).

В зависимости от степени влияния краевых зон на человека проводится их оценка при разработке трасс туристского путешествия:
- *«лес – водоём»* – имеет сильный положительный эффект, оценивается в 4 балла;
- *«поле – водоём»* – имеет средний положительный эффект, оценивается в 3 балла;
- *«лес – поле»* – имеет низкий положительный эффект, оценивается в 2 балла.

При визуальной оценке топографической карты района путешествия приводятся показатели протяжённости краевых зон по каждому виду («лес – водоём»; «поле – водоём»; «лес – поле») и суммы баллов оценки краевых зон в зависимости от степени их обособленности (например, если в данной местности

находятся два лесных озера и ещё два располагаются на открытом пространстве, то общая сумма баллов по критериям «лес – водоём» и «поле – водоём» будет составлять: 4+4+3+3=14 баллов).

3. Оценка пересечённости местности. При оценке пересечённости местности выделяют четыре типа местности:

а) равнинная местность;

б) слабопересечённая местность;

в) среднепересечённая местность;

г) сильнопересечённая местность.

Определение характера местности (её пересечённости) проводится с использованием специальных таблиц (таблица 1).

Таблица 1 – Критерии оценки пересечённости местности

Пересечённость	**Характер местности**	**Коэффициент пересечённости**
Равнинная местность	Плоская равнина с перепадами высот не более 30 метров	0,8
Слабопересечённая местность	Местность с уклонами подъемов до 4% и перепадами высот от 30 до 50 метров	1,0
Среднепересечённая местность	Местность со средними уклонами подъемов 4-6% и перепадами высот от 50 до 100 метров	1,2
Сильнопересечённая местность	Местность с уклонами подъёмов более 6% и перепадами высот от 100 до 200 метров	1,4

При общей оценке пересечённости местности конкретного туристского региона площадь каждой ландшафтной зоны умножается на коэффициент пересечённости. Затем эти оценки суммируются, и выводится интегральный критерий. Например, общая площадь оцениваемого региона составляет 12 кв. км. При этом равнинная местность составляет 5 кв. км, слабопересечённая местность – 4 кв. км, среднепересечённая – 2 кв. км, сильнопересечённая местность – 1 кв. км. Тогда интегральный критерий пересечённости будет равен: 5x0,8 + 4x1,0 + 2x1,2 + 1x1,4 = 4 + 4 + 2,4 + 1,4 = 14,4 балла.

4. Оценка проходимости растительности. При оценке проходимости растительности выделяют три вида градации проходимости: а) легкопроходимая растительность; б) растительность средней проходимости; в) труднопроходимая растительность. Оценка проходимости растительности приводится в процентах от общей площади района.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ №4

«МЕТОД ЭКСПЕРТНЫХ ОЦЕНОК»

1. Заполнение экспертного бланка. Определить весомость качеств, необходимых руководителю туристкой организации, используя метод полного парного сравнения.

Качества	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Весомость
1. Стаж работы													
2. Пунктуальность													
3. Справедливость													
4. Обязательность													
5. Компетентность													
6. Ответственность													
7. Требовательность													
8. Тактичность													
9. Внешний вид													
10.Оптимистичность													
11.Общительность													
12.Уравновешенность													

2. Обработка матрицы предпочтений. Используя весомость качеств определить следующие показатели:

$V_{ОБЩ}$ =

$V_{ОТН1}$ = $V_{ОТН2}$ = $V_{ОТН3}$ = $V_{ОТН4}$ =

$V_{ОТН5}$ = $V_{ОТН6}$ = $V_{ОТН7}$ = $V_{ОТН8}$ =

$V_{ОТН9}$ = $V_{ОТН10}$ = $V_{ОТН11}$ = $V_{ОТН12}$ =

3. **Анализ результатов**. Используя коэффициент границы определить, какие качества необходимы руководителю_____
_____
_____
_____
_____

Ф. _____ И. _____ Учебная группа _____

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ №5

«МЕТОД ТЕСТОВ: ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ ПСИХИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СПОРТСМЕНОВ-ТУРИСТОВ»

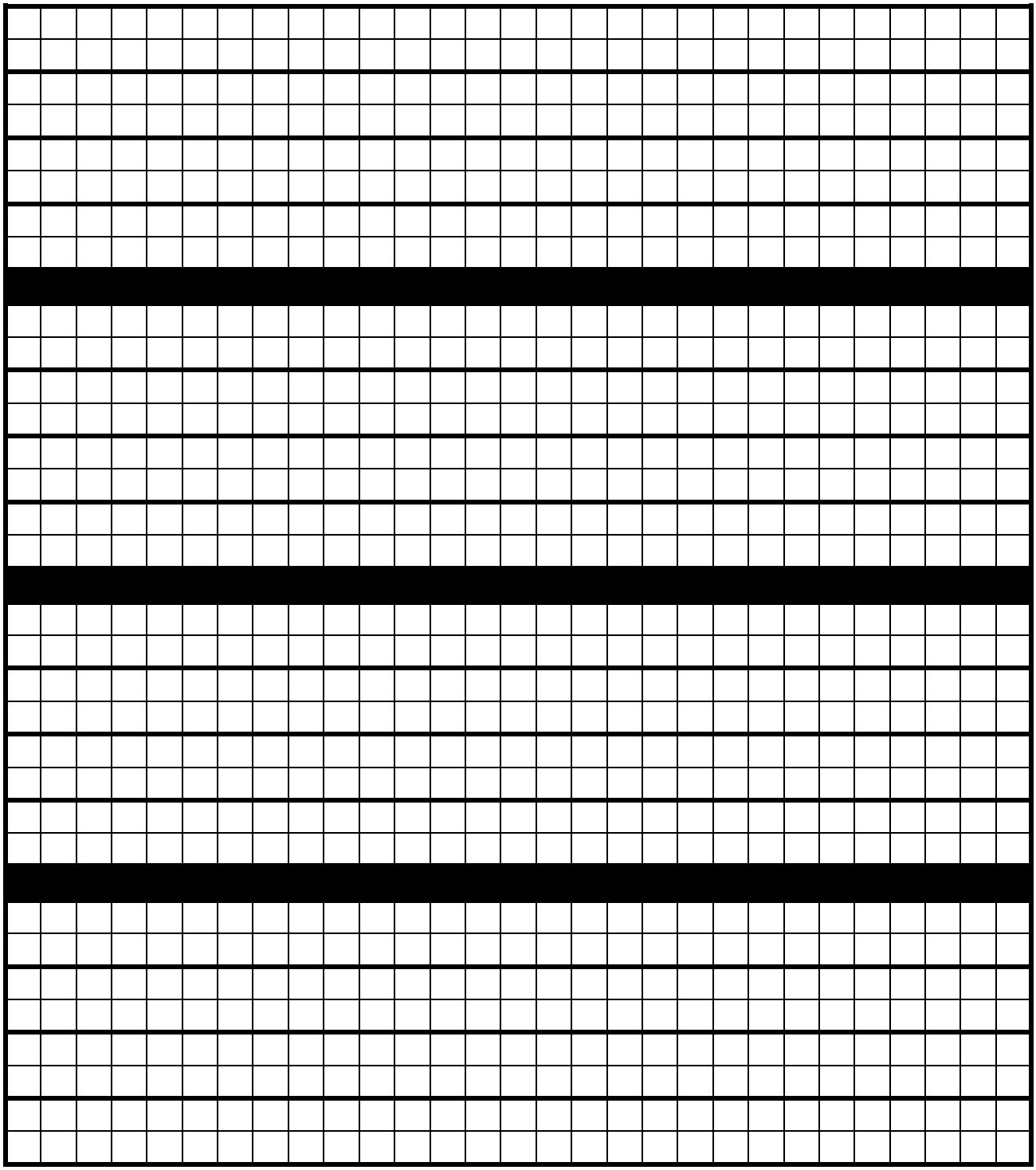
Методика проведения тестирования и определения уровня психической работоспособности. Для исследования уровня психической работоспособности можно применять модифицированный бланковый теппинг-тест. При помощи данного теста исследуется моторная координация при скоростной работе, психическая скоростная выносливость, реакция на усложнение условий деятельности и способность к произвольной мобилизации.

Работа проводится на четырех разделах, каждый из которых разделен еще на четыре поля (рисунок 1). Задача испытуемого состоит в том, чтобы в течение 5 секунд перечеркивать центральную линию каждого поля в каждой клетке (размер клетки 5х5 мм), при этом не дотрагиваться до линий, ограничивающих клетки. Испытуемый должен работать с максимальной скоростью. Начинать работу нужно на первом поле первого раздела и работать в течение 5 секунд, затем по команде «Пять секунд», не останавливаясь, перейти на второе поле, затем на третье и, наконец, на четвертое. По команде «Стой» прекратить работу. Таким образом, на одном разделе испытуемый работает в течение 20 с.

После работы на первом разделе дается задание на второй раздел – «Увеличить хотя бы немного скорость работы». «Приготовились!». «Начали!». В течение 20 секунд обследуемый работает на втором разделе. По окончании работы дается следующая инструкция: «Работать на третьем разделе с максимальной скоростью, на которую Вы только способны». В течение 20 секунд обследуемый работает на третьем разделе бланкового теста.

ТЕППИНГ-ТЕСТ

Фамилия _____ Имя _____ Дата рождения_____



Σ_1 =__ ( )+__ ( )+__ ( )+__ ( ) =_____ ( ) **Σ_2** =__ ( )+__ ( )+__ ( )+_ ( ) = _____ ( )

Σ_3 =__ ( )+__ ( )+__ ( )+__ ( ) =_____ ( ) **Σ_4** =__ ( )+__ ( )+__ ( )+_ ( ) = _____ ( )

Σ общая = _____ ( ) ошибок

Рисунок 1 – Бланк для оценки моторной координации

После окончания работы на третьем разделе даётся следующая инструкция: «Ваша задача – сохранить максимальную скорость, но при этом особое внимание обратить на то, чтобы не сделать ни одной ошибки. За каждую ошибку на любом поле – штраф». В течение 20 секунд испытуемый работает на последнем разделе.

Обработка результатов начинается с подсчета проставленных черточек на поле каждого раздела, полученная сумма заносится в соответствующие графы в нижней части тестового бланка. В эти суммы входят также и ошибки. Кроме того, ошибки подсчитываются отдельно и заносятся в соответствующие графы. После этого подсчитывается общая сумма проставленных черточек и общая сумма ошибок. На этом заканчивается первичная обработка. Следует сказать, что сумма ошибок не должна превышать 5% от общей суммы проставленных черточек. Если же ошибок более 5%, то, соответственно, каждый бал оценки снижается на единицу, если более 10% – на две единицы, более 15 % – на три единицы и т.д. Затем производится оценка исследуемых качеств:

а) Моторная координация. Оценивается по общей сумме всех проставленных черточек в тестовом бланке (таблица 1).

Таблица 1 – Оценка показателей моторной координации

Оценка в баллах	Количество черточек	Уровень координации
7	Более 250	Очень высокий
6	250 – 220	Высокий
5	219 – 200	Выше среднего
4	199 – 180	Средний
3	179 – 160	Ниже среднего
2	159 – 140	Низкий
1	Менее 140	Очень низкий

Существует и ещё один вариант классификации показателей моторной координации, когда необходимо оценит уровень моторной координации у представителей какой-то социальной группы. Дело в том, что уровень развития моторной координации в определенной степени зависит от специфики вида деятельности человека. Поэтому, чтобы оценить уровень развития этого качества у представителей определенной социальной группы, можно сравнить их показатели между собой, выявить высшие и низшие показатели и разработать специализированные оценочные таблицы.

б) Психическая скоростная выносливость (ПСВ). Её оценка производится по результатам работы на третьем разделе теста. Анализируется динамика показателей работы от первого до четвертого полей. Если продуктивность работы повышается, это указывает на высокий уровень развития ПСВ, если продуктивность работы снижается, то это говорит о низком уровне развития психической скоростной выносливости (таблица 2).

Таблица 2 – Оценка показателей психической скоростной выносливости

Оценка в баллах	Изменение количества черточек от 1 до 4 поля	Уровень развития ПСВ
7	+ 5 и более	Очень высокий

6	от +1 до +4	Высокий
5	0	Выше среднего
4	от – 1 до – 2	Средней
3	от – 3 до – 4	Ниже среднего
2	от – 5 до – 6	Низкий
1	– 7 и более	Очень низкий

Приведенная классификация показателей пригодна при их постоянном повышении или снижении от первого к четвертому полю третьего раздела. Например, если на первом поле испытуемый показал результат 13 черточек, на втором – 15, на третьем – 16, на четвертом – 17 (общий результат + 4), то можно говорить, что у него высокий уровень ПСВ (оценка 6 баллов). В то же время возможно и нелинейное изменение показателей от первого до четвертого поля. Так, например, на первом поле испытуемый показал результат 18 черточек, на втором – 20, на третьем – 16, на четвертом – 17, то в этом случае можно говорить о неустойчивом развитии данного качества, которое следует совершенствовать.

в) Реакция на усложнение условий деятельности (РУУД). Оценка этого качества производится по разности сумм черточек на третьем и четвертом разделах в соответствии с таблицей 3.

Таблица 3 – Оценка показателей реакции на усложнение условий деятельности

Оценка в баллах	Разность сумм черточек между 2-м и 3-м разделами	Уровень РУУД
7	+ 1 и выше	Очень высокий
6	0	Высокий
5	от – 1 до – 2	Выше среднего
4	от – 3 до – 4	Средний
3	от – 5 до – 6	Ниже среднего
2	от – 7 до – 8	Низкий
1	– 9 и более	Очень низкий

Кроме того, анализ работы испытуемого на четвертом разделе дает возможность говорить и об индивидуальном стиле деятельности. Если при снижении показателя испытуемый не делает ни одной ошибки, то можно заключить, что он предпочитает медленную, безошибочную работу более скоростной. Если же испытуемый увеличивает продуктивность работы, и при этом не совершает ошибок, то это говорит об его умении работать быстро и безошибочно. Если же испытуемый увеличивает продуктивность работы, но при этом делает много ошибок, то можно заключить, что он предпочитает скоростную работу безошибочной.

г) Способность к произвольной мобилизации (СПМ). Нет необходимости говорить о важности этого качества для любого человека, особенно в сложных ситуациях. Сделать работу «через не могу», собраться и переломить ход спортивной борьбы, отдать все для выполнения порученного дела – вот лишь несколько примеров деятельности, результативность которой зависит от уровня развития этого качества. Оценка СПМ проводится по разнице между суммами черточек на втором и третьем разделах в соответствии с таблицей 4.

Таблица 4 – Оценка уровня развития способности к произвольной мобилизации

Оценка в баллах	Разность сумм черточек между 2-м и 3-м разделами	Уровень СПМ
7	+10 и выше	Очень высокая
6	от +9 до +6	Высокая
5	от +5 до +3	Выше средней
4	от +2 до +1	Средняя
3	0	Ниже средней
2	от – 1 до – 2	Низкая
1	– 3 и более	Очень низкая

Задание на практическую работу: *Провести тестирование указанных выше качеств при помощи теппинг-теста у конкретного студента учебной группы. Оценить уровень развития этих качеств (МК, РУУД, ПСВ, СПМ) у обследуемого. Дать психологическую характеристику личности на основе результатов тестирования и, исходя из полученного заключения, разработать практические рекомендации по построению учебно-тренировочного процесса с учётом особенностей соревновательной деятельности в конкретном виде спортивного туризма.*

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ №6

«МЕТОДИКА РАЗРАБОТКИ ОЦЕНОЧНЫХ ТАБЛИЦ»

1. Проведите тестирование уровня развития моторной координации при помощи теппинг-теста у 5-6 студентов учебной группы.

2. Результаты тестирования обработайте и занесите в таблицу (таблица 1).

3. Рассчитайте среднее значение (M) и среднее квадратическое отклонение (σ) показателей моторной координации у студентов направления подготовки «РиСОТ».

Таблица 1 – Результаты тестирования и расчёт основных статистических показателей

№ п.п.	x_i	$(x_i - M)$	$(x_i - M)^2$
1 2 3 4 5	**185** **218** **164** **196** **201**		
Сумма			

M = **σ =**

4. На основе полученных данных разработайте таблицу для оценки уровня развития моторной координации у студентов III курса направления подготовки «РиСОТ»

Показатель	ОЦЕНКА (в баллах)				
	Высокая	Выше средней	Средняя	Ниже средней	Низкая
Моторная координация					

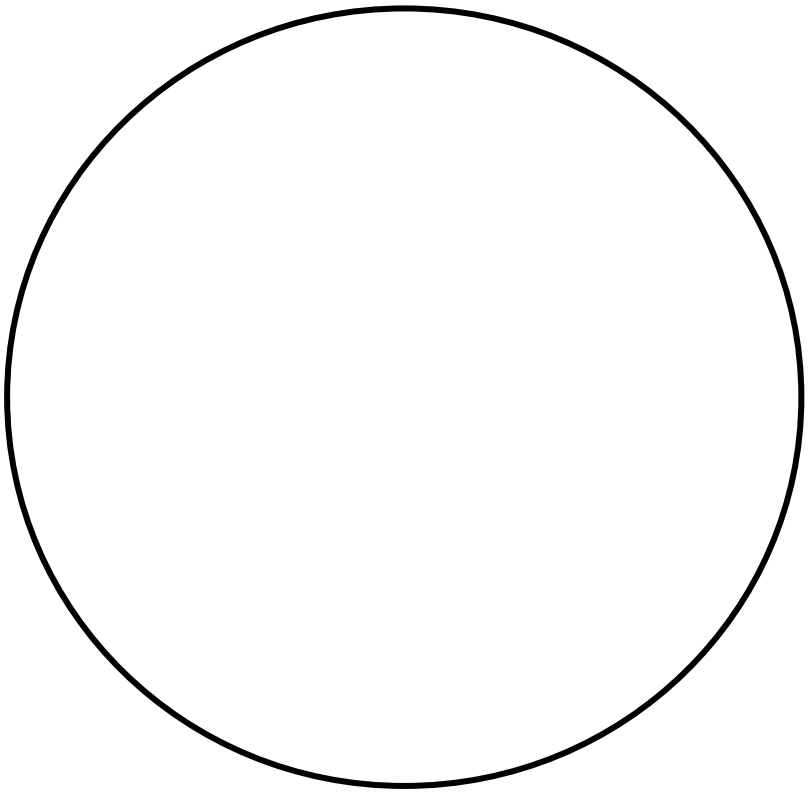
Ф. _____ И._____

Учебная группа _____ «____» _____ 2019 г.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ №7

«МЕТОДИКА ОЦЕНКИ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК В СПОРТИВНОМ ТУРИЗМЕ»

1.Состав тренировочных средств спортсмена-туриста в годичном цикле подготовки. *На основе анализа дневников тренировок выделите основные группы средств подготовки (в км). Отразите их соотношение на диаграмме. Дайте общее заключение об эффективности построения тренировочного процесса.*



- кросс **- лыжи** **- БСО** **- ОФП** **- СБУ**

2.Вариативность тренировочных средств спортсмена-туриста в годичном цикле подготовки. *На основе анализа дневников тренировок выделите основные тренировочные упражнения в годичном цикле (по месяцам). Отразите их соотношение на графике. Дайте общее заключение об эффективности построения тренировочного процесса.*

Ме-сяц	Содержание тренировочного процесса (различные виды тренировочных упражнений, например, бег, плавание, ОРУ, силовые упражнения, гимнастика, передвижение на лыжах и т.д.)	Общее кол-во за месяц
XI		
XII		
I		
II		
III		
IV		
V		
VI		
VII		
VIII		
IX		
X		
Количество различных упражнений:	**Всего упражнений за год:**	

В % от общего количества упражнений за год

XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X
Подготовительный период					**Соревновательный период**						

Ф. _____ И. _____ Курс _____

Дата рождения _____ Разряд _____

7.2.4 Вопросы к дифференцированному зачету

1. Общие представления о науке, классификация научных исследований по их характеру и задачам.
2. Научно-исследовательская работа студентов (НИРС), её цели и задачи.
3. Основные этапы организации научного исследования. Их краткая характеристика.
4. Методы научного исследования в туризме.
5. Применение методов теоретического познания при проведении научных исследований (анализ и синтез, индукция и дедукция, метод обобщения).
6. Композиционная структура проектной выпускной квалификационной работы (ВКР) и работы теоретического характера.
7. Цель научно-исследовательской работы, задачи исследования, объект и предмет исследования, гипотеза и актуальность исследования.
8. Методы исследования личности. Метод объективного наблюдения.
9. Метод опроса: беседа, интервьюирование, анкетирование.
10. Применение математико-статистических методов для обработки результатов анкетирования.
11. Метод экспертных оценок: метод предпочтения и полного парного сравнения.
12. Методологические основы проведения контрольных испытаний.
13. Наличие системы оценок при проведении тестирования. Методика разработки оценочных таблиц.
14. Батарея тестов для оценки психической работоспособности (оценка памяти, внимания и мышления).
15. Батарея тестов для оценки физической работоспособности (оценка силовых и скоростных качеств, выносливости, моторной координации и т.д.).
16. Аналитико-синтетическая обработка документов при проведении научных исследований в туризме.
17. Библиографическое описание документа. Виды, элементы и этапы библиографического описания документа.
18. Формы записи, при использовании библиографического описания как метода исследования.
19. Структура и элементы библиографического описания литературного источника (ГОСТ Р).
20. Изучение и анализ документальных и архивных материалов при проведении научных исследований.
21. Формализованные способы анализа документальных и архивных материалов.
22. Картографические методы исследования в рекреации и спортивно-оздоровительном туризме.
23. Методы математической статистики. Основные статистические характеристики (среднее арифметическое значение, среднее квадратическое отклонение и коэффициент вариации).

8. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Для качественного усвоения учебного материала необходимо обеспечить доступ каждого студента к библиотечным фондам. Также необходимо наличие наглядных пособий по разделам учебной программы и методических рекомендаций по выполнению практических заданий

Основная литература

1. Воронов, Ю.С. Основы научного исследования туризма: состояние, проблемы, технологии: монография / Ю.С. Воронов. – Смоленск: СГАФКСТ, 2008. – 302 с.
2. Чудновский, А.Д. Теория и методология социально-экономических исследований в туристской индустрии / А.Д. Чудновский, М.А. Жукова, А.В. Кормишова. – М.: КноРус, 2016. – 208 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/918430.

Дополнительная литература

3. Воронов, Ю.С. Теория и методология научных исследований туристкой деятельности: учебник / Ю.С. Воронов, Д.В. Губа. – М.: Советский спорт, 2020. – 176 с. – ISBN 978-5-00129-056-8. — URL: https://book.ru/book/920568.
4. Карманова, Т.Е. Статистика туризма = Tourism statistics: учебник / Т.Е. Карманова, А.И. Малолетко, О.В. Каурова. – М.: КноРус, 2016. – 207 с. — (для бакалавров). — ISBN 978-5-406-01955-9. — URL: https://book.ru/book/920568.
5. Морозов, М.А. Информационные технологии в туристской индустрии: учебник / М.А. Морозов, Н.С. Морозова. – Москва: КноРус, 2017. – 276 с. — (для бакалавров). — ISBN 978-5-406-04907-5. — URL: https://book.ru/book/920313.
6. Третьякова, Т.Н. Методология научно-исследовательской работы магистра в сфере туризма и сервиса: монография / Т.Н. Третьякова. – М.: Русайнс, 2018. – 208 с. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/927912.

9. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАТИВНО-КОММУНИКАТИВНОЙ СЕТИ ИНТЕРНЕТ, НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Электронно-библиотечная система НЦР «Руконт». – Режим доступа: http://www.lib.rucont.ru/.
2. Электронно-библиотечная система «Book.ru». – Режим доступа: http://www.book.ru/.
3. Сайт Всемирной туристской организации. – Режим доступа: http://www.world-tourism.org/.
4. Сайт Федерального агентства по туризму. – Режим доступа: http://www.russiatourism.ru/.
5. Сайт Российского союза туриндустрии. – Режим доступа: http://www.rostourunion.ru/.
6. Сайт Ассоциации туроператоров России. – Режим доступа: http://www.ator.ru/.
7. Сайт Российского союза туриндустрии. – Режим доступа: http:// www.rustourunion.ru/.
8. Сайт научно-теоретического журнала «Туризм: практика, проблемы, перспективы». – Режим доступа: http://www.tpnews.ru/.
9. Сайт Научной электронной библиотеки «Elibrary». – Режим доступа: http://www.elibrary.ru/.

10. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям. Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро

выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

● необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;

● записывать удобнее на одной стороне листа;

● записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;

● следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;

● на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке реферата. Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,

• оглавление,

• введение,

• основную часть,

• заключение,

• библиографический список.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат завершается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.

1. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.

2. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.

3. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.

4. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.

5. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.

6. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.

7. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

Рекомендации студентам по подготовке презентаций. Чтобы презентация хорошо воспринималась слушателями и не вызывала отрицательных эмоций (подсознательных или вполне осознанных), необходимо соблюдать правила ее оформления.

1. Опустите ненужные частности на слайде презентации

- Уменьшите количество слов на слайде.
- Опустите все ссылки на источники и примечания.

2. Увеличьте размер шрифта

На слайдах, предназначенных для того, чтобы раздать собравшимся, размер шрифта должен быть 10, а для демонстрации – не менее 18.

3.Увеличьте графические изображения

Убедитесь, что каждый графический элемент хорошо виден с задних рядов аудитории.

4.Измените цвет фона и текста

- На слайдах, предназначенных для демонстрации, пишите текст светлым шрифтом по темному фону.
- На слайдах, которые будете раздавать слушателям, пишите текст темным шрифтом по светлому фону.

5. Ограничьте цветовую палитру минимальным набором цветов

Во время всей презентации используйте не более трех-четырех цветов.

6. Используйте «Маркеры абзаца»

- Начинайте все абзацы одинаково (например, с глагола в одном и том же времени).
- Следите за тем, чтобы каждый абзац выражал законченную мысль. Не пользуйтесь слайдами, на которых есть лишь список слов (например, план, внедрение, оценка).

7. Используйте таблицы

- Таблицы должны быть простыми и краткими. Приводите в них только существенную информацию. Ограничьте их размер до одной страницы.
- Упорядочьте их по столбцам, а не строкам: в столбцах удобнее читать.

8. Используйте рисунки (картинки)

- Старайтесь не пользоваться стандартными средствами для вставки готовых фрагментов Microsoftclipart.
- Убедитесь, что картинки выдержаны в тоне презентации (например, не используйте формат комиксов на серьезной презентации).
- Желательно избегать в презентации рисунков, не несущих смысловой нагрузки.

9. Используйте видеоматериалы

- Вставка видеозарисовок по ходу презентации помогает разнообразить встречу и способствует концентрации внимания слушателей.
- Анимационные эффекты используются для привлечения внимания слушателей или для демонстрации динамики развития какого-либо процесса.

10. Используйте графики

- Не включайте в презентацию графики только ради того, чтобы они у вас были, поскольку неуместное использование графиков никак не улучшает презентацию.
- Используйте типы графиков, которые лучше всего иллюстрируют идею, которую вы стараетесь донести.
- Рисуйте простые графики; каждый график должен иллюстрировать одну мысль.
- Назовите каждый график так, чтобы название было содержательным.
- Используйте цвета для того, чтобы выделить какие-то моменты, а не сделать график симпатичным.
- Укажите единицы измерения (речь идет о десятках, тысячах или миллионах?).

- Не загружайте слайд ненужными примечаниями.
- Цвет графических изображений не должен резко контрастировать с общим стилевым оформлением слайда;
- Если графическое изображение используется в качестве фона, то текст на этом фоне должен быть хорошо читаем.

11. Используйте звуковое оформление

- Звуковое сопровождение должно отражать суть или подчеркивать особенность темы слайда, презентации;
- Необходимо выбрать оптимальную громкость, чтобы звук был слышен всем слушателям, но не был оглушительным;
- Если это фоновая музыка, то она должна не отвлекать внимание слушателей и не заглушать слова докладчика.

12. Правильно применяйте цифровые данные

- Проследите за тем, чтобы группы данных были дискретными (например, 1-10, 11-20, а не 1-10, 10-20).
- Данные необходимо подобрать так, чтобы их было удобно читать (например, упорядочить их по возрастанию или убыванию).
- Внизу под графиком укажите количество использованных в нем точек данных (например, п = 10).
- Ограничьте количество групп данных до шести. (Выберите пять самых важных групп)

13. Используйте единое стилевое оформление

- Стиль может включать: определенный шрифт (гарнитура и цвет), цвет фона или фоновый рисунок, декоративный элемент небольшого размера и др.;
- Не рекомендуется использовать в стилевом оформлении презентации более 3 цветов и более 3 типов шрифта;
- Оформление слайда не должно отвлекать внимание слушателей от его содержательной части;
- Все слайды презентации должны быть выдержаны в одном стиле.

14. Правильно применяйте текстовую информацию

- Для основного текста на слайдах не рекомендуется использовать прописные буквы.
- Шрифтовой контраст можно создать посредством: размера шрифта, толщины шрифта, начертания, формы, направления и цвета.
- Размер шрифта: 24–54 пункта (заголовок), 18–36 пунктов (обычный текст);
- Цвет шрифта и цвет фона должны контрастировать (текст должен хорошо читаться), но не резать глаза;
- Тип шрифта: для основного текста используйте гладкий шрифт без засечек (Arial, Tahoma, Verdana), для заголовка можно использовать декоративный шрифт, если он хорошо читаем;
- Курсив, подчеркивание, жирный шрифт, прописные буквы рекомендуется использовать только для смыслового выделения фрагмента текста;

- Шрифты с засечками (Times New Roman) читаются легче, чем гротески (шрифты без засечек).

15. Правильно выбирайте цветовую гамму

- Цветовая гамма должна состоять не более чем из двух-трех цветов.
- Существуют не сочетаемые комбинации цветов.
- Черный цвет имеет негативный (мрачный) подтекст.
- Белый текст на черном фоне читается плохо (инверсия плохо читается).

16. Правильно располагайте информационные блоки на слайде

- Информационных блоков не должно быть слишком много (3-6);
- Рекомендуемый размер одного информационного блока — не более 1/2 размера слайда;
- Желательно присутствие на странице блоков с разнотипной информацией (текст, графики, диаграммы, таблицы, рисунки), дополняющей друг друга;
- Ключевые слова в информационном блоке необходимо выделить

11. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения лекционных и практических занятий должны быть оснащены специализированной мебелью. В процессе обучения студенты кафедры могут использовать методический кабинет, оснащенный компьютерной техникой, наглядными пособиями, образцами документации по научно-исследовательской деятельности и специальной литературой, включающей учебники, учебные пособия, монографии, авторефераты диссертаций, статьи в научных сборниках и ведущих научных журналах РФ по рекреации и туризму.

На практических занятиях студенты также могут использовать современные лаборатории кафедры анатомии и биомеханики, лабораторию федерального экспериментального центра по профилактике наркомании среди молодежи, центральную научно-исследовательскую лабораторию Смоленского государственного медицинского университета, лабораторию Смоленского областного врачебного физкультурного диспансера и лабораторию новых информационных педагогических технологий СГУС. Кроме этого они могут использовать научное оборудование кафедры, включающее «Тестеры физического состояния человека», «Специализированные ЧИПы для исследования соревновательной деятельности», курвиметры, топографические карты, тестовые бланки и лицензионное программное обеспечение (таблица 4).

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или	Укомплектованы	Системное ПО, операционная

	Б - помещение для занятий лекционного типа	специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров
2	Аудитории №№ А317, А325, А326 – помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров

Таблица 4 – Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное

			обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный тризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра БИОЛОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«25» мая 2026 г.
протокол № 11
Заведующая кафедрой Т.М.Брук

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«26» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ВАЛЕОЛОГИЯ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: заочная

Курс – 5
Семестр – 9, 10
Итоговая форма контроля – зачет

Рабочую программу разработал:
Терехов П.А., д.б.н., доцент

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта ВО 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 7
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 8
5. Содержание дисциплины 8
5.1. Количество часов по видам занятий 8
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий 9
5.2.1. Содержание лекционных занятий (10 часов) 9
5.2.2 Содержание семинарских занятий (4 часа) 14
6. Самостоятельная работа студентов 15
6.1 Список основной литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно 16
6.2 Список дополнительной литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно 17
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 18
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 18
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы 23
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 23
7.2.2. Тематика рефератов 23
7.2.3. Тестовые задания по дисциплине 26
7.2.4. Вопросы к зачету 26
8. Перечень основной и дополнительной литературы 29
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 30
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 31
11. Лицензионное программное обеспечение 32
12. Материально-техническое обеспечение дисциплины 33
Приложение 37

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта ВО

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования 3++ по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 943. Редакция с изменениями N 1456 от 26.11.2020 г.

Область профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации (п. 1.11.).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники могут готовиться к решению задач профессиональной деятельности следующих типов (п. 1.12):

- тренерский;
- рекреационно-оздоровительный;
- педагогический;
- организационно-методический;
- научно-исследовательский;
- организационно-управленческий.

В результате освоения программы бакалавриата у выпускника должны быть сформированы компетенции:

УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

ОПК-5. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

ПК-6. Способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание.

Профессиональные стандарты **(ПС)**:

– 01.001 – "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)";

– 05.003 – "Тренер";

– 05.005 – "Инструктор-методист";

– 05.012 – "Тренер-преподаватель".

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины «Валеология» направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

Результаты обучения по дисциплине:	**Профессиональный стандарт и код трудовой функции**	**Формируемые компетенции**
Необходимые знания:		
Основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики; Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности; Основы организации здорового образа жизни; Социально значимые личностные качества, моральные ценности честной спортивной конкуренции, признаки и причины негативного социального поведения.	**01.001 Педагог: A/01.6** **05.003 Тренер: A/01. 5** **05.005 Инструктор-методист: A/03.4** **05.012 Тренер-преподаватель: A/06.6**	УК-6
Основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология; школьная гигиена; методика преподавания предмета; Основы здорового образа жизни; Основы спортивной медицины и спортивной гигиены; Педагогические, медико-биологические и психологические аспекты проблемы применения	**01.001 Педагог: B/03.6** **05.003 Тренер: A/02. 5** **05.005 Инструктор-методист: B/02.5** **05.012 Тренер-преподаватель: A/08.6**	УК-7

допинга в спорте.		
Соблюдение правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики; Физиология человека. Возрастная физиология; Правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом.	**01.001 Педагог: B/01.5** **05.003 Тренер: A/03. 5** **05.005 Инструктор-методист: B/04.5** **05.012 Тренер-преподаватель: A/07.6**	ОПК-5.
Основные и актуальные для современной системы образования теории обучения, воспитания и развития детей младшего школьного возрастов; Физкультурно-оздоровительные технологии; Основы законодательства Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; Передовой опыт подготовки спортсменов в соответствующем виде спорта.	**01.001 Педагог: B/02.6** **05.003 Тренер: A/04. 5** **05.005 Инструктор-методист: F/02.6** **05.012 Тренер-преподаватель: A/11.6**	ПК-6.
Необходимые умения:		
Применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи; Пользоваться контрольно-измерительными приборами; Использовать знания об особенностях гендерного развития для планирования работы со спортсменами и обучающимися, в том числе при проведении индивидуальных воспитательных мероприятий.	**01.001 Педагог: B/03.6** **05.003 Тренер: A/02. 5** **05.005 Инструктор-методист: A/03.4** **05.012 Тренер-преподаватель: A/04.6**	УК-6
Строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей; Использовать систему тестов для контроля и оценки уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося; Изучать и систематизировать информацию по вопросам улучшения физической подготовленности населения; Воспитывать социально значимые личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции.	**01.001 Педагог: A/02.6** **05.003 Тренер: A/03. 5** **05.005 Инструктор-методист: A/04.4** **05.012 Тренер-преподаватель: A/06.6**	УК-7
Владеть стандартизированными методами психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей обучающихся; Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания	**01.001 Педагог: A/03.6** **05.003 Тренер: A/04. 5** **05.005 Инструктор-**	ОПК-5.

(диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы; Заполнять электронные формы учета показателей здоровья и физических нагрузок; Собирать информацию из различных источников, в том числе из интервью, анализа специальной литературы (в том числе на иностранном языке), статистических сборников, иных отчетных данных и т.п.	**методист: В/03.5** **05.012 Тренер-преподаватель: В/03.7**	
Применять методы физического, познавательного и личностного развития детей раннего и дошкольного возраста в соответствии с образовательной программой организации; Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров у занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, определять уровень мотивации занимающихся; Владеть навыками работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; Выполнять анализ тренировочного и соревновательного процесса и выявлять причины его неэффективности	**01.001 Педагог: В/01.5** **05.003 Тренер: В/02.5** **05.005 Инструктор-методист: В/04.5** **05.012 Тренер-преподаватель: В/04.7**	ПК-6.
Трудовые действия:		
Формирование общекультурных компетенций и понимания места предмета в общей картине мира; Выбор оптимальных форм и видов тренировочный занятий, типов нагрузок (силовой, локальной, динамической, статической); Контроль двигательной деятельности обучающихся, занимающихся; Обеспечение физического, психического, социального, духовно-нравственного развития лиц, проходящих спортивную подготовку, для воспитания социально значимых личностных качеств и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.	**01.001 Педагог: В/03.6** **05.003 Тренер: А/01. 5** **05.005 Инструктор-методист: А/01.4** **05.012 Тренер-преподаватель: А/06.6**	УК-6
Формирование способности к логическому рассуждению и коммуникации, установки на использование этой способности, на ее ценность; Регистрация и фиксация контрольных показателей физической и функциональной подготовленности занимающегося; Изучение и обобщение передового опыта в области улучшения физической подготовленности различных возрастных групп	**01.001 Педагог: В/04.6** **05.003 Тренер: А/03. 5** **05.005 Инструктор-методист: А/04.4** **05.012 Тренер-преподаватель: А/08.6**	УК-7

населения; Проведение разъяснительной работы об антидопинговых правилах.		
Обучение методам понимания сообщения: анализ, структуризация, реорганизация, трансформация, сопоставление с другими сообщениями, выявление необходимой для анализирующего информации; Проведение публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам спортивной физиологии, организации общей физической подготовки, специальной подготовки; Консультирование занимающихся в секциях и группах спортивной и оздоровительной направленности относительно программы тренировок, методических основ спортивной работы, проведение антидопинговой пропаганды; Оценка эффективности новейших методик осуществления тренировочного и соревновательного процесса и перспектив использования методик в условиях конкретной физкультурно-спортивной или образовательной организации.	**01.001 Педагог: В/05.6** **05.003 Тренер: А/04. 5** **05.005 Инструктор-методист: Е/02.6** **05.012 Тренер-преподаватель: В/03.7**	ОПК-5.
Формирование навыков, связанных с информационно-коммуникационными технологиями (далее - ИКТ); Проведение теоретических занятий с занимающимися по изучению основ системы медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки; Изучение передового опыта организации массового спортивного движения; Определение причины возникновения проблемы в осуществлении тренировочного и соревновательного процесса	**01.001 Педагог: А/01.6** **05.003 Тренер: С/05.6** **05.005 Инструктор-методист: А/03.4** **05.012 Тренер-преподаватель: В/04.7**	ПК-6.

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Валеология» относится к обязательной части 1 Блока дисциплин: **Б1.О.11** образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 5 курсе, по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля): **зачет – 10 семестр**. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: Анатомия (Б1.О.18), 1, 2 семестр; История (Б1.О.02), 2 семестр; Педагогика (Б1.О.09), 3 семестр; Философия (Б1.О.04), 4 семестр; Психология (Б1.О.10), 4 семестр;

Физиология (Б1.О.17), 5,7 семестр; Рекреалогия (Б1.О.15), 6 семестр; фитнес услуги в оздоровительно-рекреационной работе с населением (Б1.О.31), 6 семестр; Психология физической культуры (Б1.О.11), 7 семестр; Мониторинг физического состояния (Б1.О.19), 8 семестр; История России (Б1.О.03), 10 семестр.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр	
			9	**10**
Контактная работа преподавателей с обучающимися		18	6	12
Лекции		10	6	4
Семинары		4		4
Промежуточная аттестация (зачет)		4		4
Самостоятельная работа		54	13	41
Общая трудоемкость	**часы**	**72**	**19**	**53**
	ЗЕ	**2**		

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лек-ции	Семи-нары	Самост. работа
1	2	3	4	5
Раздел 1. Основы валеологических знаний				
1. Сущность валеологии и ее понятий.	6	2^3		4
2. Место здоровья в системе человеческих ценностей.	6	2^3		4
3. Валеологический анализ факторов здоровья.	7	2^3		5
4. Здоровый образ жизни.	5			5
Раздел 2. Функциональное значение питания				
5. Питание современного человека и специальные диеты.	6	2^3		4
6. Современное представление о специализированных продуктах питания для спортсменов.	6	2^3		4

7. Особенности питания спортсменов различных видов спорта.	3			3
8. Методы оценки соматического здоровья.	3			3
Раздел 3. Системы оздоровления организма				
9. Традиционные (общедоступные) системы оздоровления.	6			6
10. Нетрадиционные отечественные технологии оздоровления.	3			3
11. Нетрадиционные восточные технологии оздоровления.	6		2^2	4
12. Нетрадиционные западные технологии оздоровления.	6		2^2	4
13. Оздоровление населения средствами живой и неживой природы.	5			5
Зачет	4			
Всего:	**72**	**10**	**4**	**54**

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, составляет 62%. Примеры интерактивных форм и методов проведения занятий:

- [1]круглый стол – проводится с целью выработки общего мнения, позиции участников по обсуждаемой проблеме;
- [2]учебные групповые дискуссии. Ее целью является процесс поиска, который должен привести к объективно известному, но субъективно, с точки зрения обучающихся, новому знанию. Причем этот поиск должен закономерно вести к запланированному педагогом заданию;
- [3]мультимедиа-презентация лекций по основополагающим темам.

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (10 часов)

1. **Сущность валеологии и ее понятий** (2 часа). (Презентация лекции по данной теме).

План лекции:

1. Основные понятия валеологии;
2. Предмет валеологии, значение, главная цель и задачи;
3. Предпосылки возникновения валеологии;

4. Классификация валеологии, связь с другими науками.

Валеология (valeologia – лат. здравствовать, быть здоровым) – наука о здоровье. Впервые термин, предложенный проф. И.И. Брехманом в 1980 г., оказался довольно актуальным, емким и в настоящее время оформляется в науку – науку фундаментальную и необходимую, в первую очередь, своей нужностью для людей, которые хотят посвятить себя обучению, воспитанию, профилактической работе, лечению и психофизической реабилитации подрастающего поколения.

Факторы, влияющие на состояние здоровья человека, и составляет основу науки о здоровье – валеологии. Предмет валеологии, ее роль и значение, главная цель и задачи. Предпосылки возникновения валеологии. Общая валеология. Медицинская валеология. Педагогическая валеология.

Литература: основная 1-4; дополнительная 1-3.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** о валеологии как науки о здоровье человека; роль и значение валеологии, основные задачи и классификацию валеологии;

умений объяснять значение знаний о валеологии как науки, о методах исследования в валеологии, значении валеологических знаний в теории и практике физкультуры и спорта;

навыков умениями и навыками психофизического самосовершенствования на основе научных представлений о здоровом образе жизни; основными методами исследований во время выполнения физических упражнений.

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-6,7), общепрофессиональных компетенций (ОПК-5) и профессиональных (ПК-6) компетенций.

2. **Место здоровья в системе человеческих ценностей** (2 часа). (Презентация лекции по данной теме).

План лекции:

1. Здоровье человека в современном обществе;
2. Определение «болезни»;
3. Характеристика состояния «предболезни».

Характеристика здоровья. Уровни здоровья (биологический, социальный, личностно-психологический). Важнейшие черты и качества, в своей совокупности, характеризующие состояние здоровья.

Компоненты (виды) здоровья:

Физическое здоровье - это естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем. Если хорошо работают все органы и системы, то и весь организм человека (система саморегулирующаяся) правильно функционирует и развивается.

Психическое здоровье зависит от состояния головного мозга, оно характеризуется уровнем и качеством мышления, развитием внимания и

памяти, степенью эмоциональной устойчивости, развитием волевых качеств.

Социальное здоровье — это способность человека адаптироваться в природной, техногенной и социальной средах обитания. Достигается оно умением предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций, оценивать их возможные последствия, принимать обоснованное решение и действовать в конкретной опасной или чрезвычайной ситуации, сообразуясь со своими возможностями.

Нравственное здоровье определяется теми моральными принципами, которые являются основой социальной жизни человека, т.е. жизни в определенном человеческом обществе.

Причины нарушения здоровья, факторы, влияющие на здоровье.

Болезнь, основные причины, характеризующие это понятие. Симптомы болезни.

Периоды болезни. 1. Латентный (или инкубационный в случае инфекционных болезней) - период от момента действия причины до появления первых признаков болезни. Продромальный - длится от первых признаков начинающейся болезни до полного проявления ее симптомов. Период выраженных проявлений - в этом периоде ярко проявляются признаки болезни. Завершающий, в котором возможны следующие исходы болезни: выздоровление (полное - возращение к исходному состоянию и неполное - последствия болезни остаются в организме), переход в патологическое состояние и смерть.

Предболезнь - это особое состояние организма, характеризующееся ограничением, нарушением одного или нескольких саногенетических (т.е. направленных на выздоровление) механизмов или их комплексов. Группы механизмов развития предболезни. Причины возникновения предболезни.

Литература: основная 1-4; дополнительная 1-3.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** о уровнях здоровья, основных видах здоровья; причины нарушения здоровья, факторы, влияющие на здоровье; болезнь, основные причины, характеризующие это понятие; симптомы и периоды болезни; предболезнь, причины возникновения предболезни;

умений объяснять значение знаний о валеологии как науки, о методах исследования в валеологии, значении валеологических знаний в теории и практике физкультуры и спорта;

навыков умениями и навыками психофизического самосовершенствования на основе научных представлений о здоровом образе жизни; основными методами исследований во время выполнения физических упражнений.

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-6,7), общепрофессиональных компетенций (ОПК-5) и профессиональных (ПК-6) компетенций.

3. **Валеологические анализ факторов здоровья** (2 часа). (Мультимедиа-презентация лекции по данной теме).

План лекции:

1. Генетические факторы здоровья;
2. Состояние окружающей среды;
3. Медицинское обеспечение здоровья;
4. Условия и образ жизни.

Факторы, влияющие на здоровье человека. Генетические факторы – это унаследованные в процессе эволюции механизмы адаптации к условиям существования. В наследуемых предпосылках здоровья особенно важны три фактора:

– тип морфофункциональной конституции и преобладающих нервных и психических процессов;

– степень предрасположенности к тем или иным заболеваниям;

– величина «жизненность», которая отражает плодовитость и долголетие особи.

Все заболевания, связанные с генетическими факторами, можно условно разделить на три группы:

– наследственные прямого эффекта (в том числе врожденные), когда ребенок рождается уже с признаками нарушений;

– наследственные, но опосредованные воздействием внешних факторов;

– связанные с наследственным предрасположением.

Состояние окружающей среды. К факторам внешней среды, оказывающим влияние на организм, следует отнести: энергетические воздействия (включая физические поля), динамический и химический характер атмосферы, водный компонент; физические, химические и механические характеристики поверхности Земли, характер биосистем местности и их ландшафтных сочетаний; сбалансированность и стабильность климатических и пейзажных условий и ритма природных явлений и др.

Медицинское обеспечение. В медицинской профилактике заболеваемости выделяют три уровня:

– профилактика *первого уровня* ориентирована на весь контингент детей и взрослых и ставит своей задачей улучшение состояния их здоровья на протяжении всего жизненного цикла. Базой первичной профилактики является опыт формирования средств профилактики, разработка рекомендаций по здоровому образу жизни, народные традиции и обряды поддержания здоровья и т.д.;

– медицинская профилактика *второго уровня* занимается выявлением показателей конституциональной предрасположенности людей и факторов риска многих заболеваний, прогнозированием риска заболеваний по совокупности наследственных особенностей, анамнеза жизни и факторов внешней среды. То есть этот вид профилактики ориентирован не на лечение конкретных болезней, а на вторичную их профилактику;

– профилактика *третьего уровня,* или профилактика болезней, ставит своей основной задачей предупреждение рецидивов заболевания у больных в общепопуляционном масштабе.

Условия и образ жизни. Ряд ключевых положений, лежащих в основе здорового образа жизни:

1. Активным носителем здорового образа жизни является конкретный человек как субъект и объект своей жизнедеятельности и социального статуса.

2. В реализации здорового образа жизни человек выступает в единстве своих биологического и социального начал.

3. В основе формирования здорового образа жизни лежит личностно-мотивационная установка человека на воплощение своих социальных, физических, интеллектуальных и психических возможностей и способностей.

4. Здоровый образ жизни является наиболее эффективным средством и методом обеспечения здоровья, первичной профилактики болезней и удовлетворения жизненно важной потребности в здоровье.

Литература: основная 1-4; дополнительная 1-3.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** о факторах, влияющих на здоровье; медицинском обеспечении, состоянии окружающей среды, генетических факторах

умений объяснять значение знаний о валеологии как науки, о методах исследования в валеологии, значении валеологических знаний в теории и практике физкультуры и спорта;

навыков умениями и навыками психофизического самосовершенствования на основе научных представлений о здоровом образе жизни.

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-6,7), общепрофессиональных компетенций (ОПК-5) и профессиональных (ПК-6) компетенций.

4. **Питание современного человека и специальные диеты** (2 часа). (Мультимедиа-презентация лекции по данной теме).

План лекции:

1. Проблема питания современного человека;
2. Правила здорового питания;
2. Рациональное питание;
3. Специальные диеты.

Проблема питания современного человека. Двенадцать правил здорового питания. Рациональное питание предполагает: энергетическое равновесие; сбалансированное питание; соблюдение режима питания. Специальные диеты: Р. Аткинс, Питание по группе крови, М. Монтиньяк, У.Г. Хей, Г. Шелтон, М. Бирхер-Беннер, П. Брегг, чем грозят диеты для организма.

Литература: основная 1-2; дополнительная 1-2.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** решения основных проблем питания современного человека, правил здорового питания, рационального питания;

умений различать различные специальные диеты;

навыков психофизического самосовершенствования на основе научных представлений о здоровом питании.

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-6,7), общепрофессиональных компетенций (ОПК-5) и профессиональных (ПК-6) компетенций.

5. **Современное представление о специализированных продуктах питания для спортсменов** (2 часа). (Мультимедиа-презентация лекции по данной теме).

План лекции:

1. Обоснование использования специализированных продуктов питания в спорте;
2. Классификация специализированных продуктов для питания спортсменов;

2.1. Высокобелковые продукты (протеины);

2.2. Аминокислотные препараты;

2.3. Белково-углеводные продукты (гейнеры);

2.4. Витаминно-минеральные комплексы;

2.5. Углеводно-энергетические добавки (энергетики);

2.6. Липотропные и термогенные препараты (жиросжигающие комплексы);

2.7. Изотонические напитки;

2.8. Средства для суставов и связок.

Литература: основная 1-4; дополнительная 1-3.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** об основах использования специализированных продуктов питания в спорте;

умений классифицировать специализированные продукты для питания спортсменов;

навыков практических рекомендаций избирательного применения специализированных продуктов для питания в спортивной практике.

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-6,7), общепрофессиональных компетенций (ОПК-5) и профессиональных (ПК-6) компетенций.

5.2.2 Содержание семинарских занятий (4 часа)

1. Нетрадиционные восточные технологии оздоровления (2 часа) **- учебные групповые дискуссии.**

План семинарского занятия:

1. История использования физических упражнений в оздоровительных целях;

2. Система физических упражнений Ушу; система упражнений Йоги;

3. Психофизическая система упражнений Цигун; китайская гимнастика

Тайцзи.

Литература: основная 1-4; дополнительная 1-3.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** об истории использования физических упражнений в оздоровительных целях;

умений различать функциональные эффекты оздоровительных систем Ушу, Йоги, Цигун, Тайцзи;

навыков физиологического обоснования применения нетрадиционных восточных технологии оздоровления;

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-6,7), общепрофессиональных компетенций (ОПК-5) и профессиональных (ПК-6) компетенций.

2. Нетрадиционные западные технологии оздоровления (2 часа) **- учебные групповые дискуссии.**

План семинарского занятия:

1. Физиологическое обоснование оздоровительных занятий шейпингом; калланетикой;
2. Физиологическое обоснование оздоровительных занятий пилатесом; ритмической гимнастикой;
3. Физиологическое обоснование оздоровительных занятий фитнесом; стретчингом.

Литература: основная 1-4; дополнительная 1-3.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** о базисных основах нетрадиционных западных технологии оздоровления;

умений различать функциональные эффекты оздоровительных занятий шейпингом, калланетикой, пилатесом, ритмической гимнастикой, фитнесом, стретчингом;

навыков физиологического обоснования применения нетрадиционных западных технологии оздоровления.

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-6,7), общепрофессиональных компетенций (ОПК-5) и профессиональных (ПК-6) компетенций.

6. Самостоятельная работа студентов

При изучении раздела студент самостоятельно готовится по следующим темам:

№ п/п	Содержание работы Темы занятий	Количество часов	Виды контроля
1.	Сущность валеологии и ее понятий.	4	Устный опрос, защита рефератов.
2.	Место здоровья в системе человеческих ценностей.	4	Устный опрос, защита рефератов.

3.	Валеологический анализ факторов здоровья.	5	Устный опрос, защита рефератов.
4.	Здоровый образ жизни.	5	Устный опрос, тестирование.
5.	Питание современного человека и специальные диеты.	4	Устный опрос, защита рефератов.
6.	Современное представление о специализированных продуктах питания для спортсменов.	4	Устный опрос, защита рефератов.
7.	Особенности питания спортсменов различных видов спорта.	3	Устный опрос, защита рефератов.
8.	Методы оценки соматического здоровья.	3	Устный опрос, защита рефератов.
9.	Традиционные (общедоступные) системы оздоровления.	6	Устный опрос, защита рефератов.
10.	Нетрадиционные отечественные технологии оздоровления.	3	Устный опрос, защита рефератов
11.	Нетрадиционные восточные технологии оздоровления.	4	Устный опрос, защита рефератов
12.	Нетрадиционные западные технологии оздоровления.	4	Устный опрос, защита рефератов
13.	Оздоровление населения средствами живой и неживой природы.	5	Устный опрос, защита рефератов
Всего		**54**	

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

6.1 Список основной литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно

1. Вайнер, Э. Н. Валеология: учебник для вузов / Э. Н. Вайнер. – 11-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2021. – 448 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=79501 (дата обращения:

25.10.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-89349-329-0. – Текст : электронный

2. Цуцаева, М. В. Валеологические аспекты преподавания физической культуры для студентов с ослабленным здоровьем : учебное пособие : [16+] / М. В. Цуцаева, Т. Н. Власова, Л. И. Зуб ; Волгоградский государственный аграрный университет. – Волгоград : Волгоградский государственный аграрный университет, 2020. – 120 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=611232 (дата обращения: 25.10.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4479-0260-5. – Текст : электронный.

3. Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 282 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07354-6. — URL : https://urait.ru/bcode/491312

4. Петрушин, В. И. Психология здоровья : учебник для среднего профессионального образования / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 381 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11272-6. — URL : https://urait.ru/bcode/491333

6.2 Список дополнительной литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно

1. Гринченко, Н. А. Трезвый образ жизни: [16+] / Н. А. Гринченко; Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина. – Елец: Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2010. – 316 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272435 (дата обращения: 22.11.2023). – Текст: электронный.

2. Книжникова, С. В. Девиантология для педагогов и психологов: учебное пособие / С. В. Книжникова. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2014. – 363 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256674 (дата обращения: 22.11.2023). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-2479-1. – DOI 10.23681/256674. – Текст электронный.

3. Васильева, И. В. Физиология питания : учебник и практикум для среднего профессионального образования / И. В. Васильева, Л. В. Беркетова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 235 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16048-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/530347 (дата обращения: 11.12.2023).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-6.	**01.001 Педагог: А/01.6** Общепедагогическая функция. Обучение **05.003 Тренер: А/01.5** Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся **05.005 Инструктор-методист: А/03.4** Вовлечение населения различных возрастных групп в занятия физической культурой и спортом **05.012 Тренер-преподаватель: А/06.6** Формирование осознанного отношения к физкультурной и спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения	**Знает: (пороговый уровень)** - Основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики; - Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности; - Основы организации здорового образа жизни; - Социально значимые личностные качества, моральные ценности честной спортивной конкуренции, признаки и причины негативного социального поведения.
	01.001 Педагог: В/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования **05.003 Тренер: А/02.5** Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся **05.005 Инструктор-методист: А/03.4** Вовлечение населения различных возрастных групп в занятия физической культурой и спортом	**Умеет: (продвинутый уровень)** Применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи; Пользоваться контрольно-измерительными приборами; Использовать знания об особенностях гендерного развития для планирования работы со спортсменами и обучающимися, в том числе при проведении индивидуальных

	05.012 Тренер-преподаватель: A/04.6 Психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом **1.001 Педагог: B/03.6** Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования **05.003 Тренер: A/01.5** Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся **05.005 Инструктор-методист: A/01.4** Планирование, организация и проведение занятий по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утвержденным программам **05.012 Тренер-преподаватель: A/06.6** Формирование осознанного отношения к физкультурной и спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения	воспитательных мероприятий. **Имеет опыт: (высокий уровень)** Формирование общекультурных компетенций и понимания места предмета в общей картине мира; Выбор оптимальных форм и видов тренировочный занятий, типов нагрузок (силовой, локальной, динамической, статической); Контроль двигательной деятельности обучающихся, занимающихся; Обеспечение физического, психического, социального, духовно-нравственного развития лиц, проходящих спортивную подготовку, для воспитания социально значимых личностных качеств и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.
УК-7.	**01.001 Педагог: B/03.6** Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования **05.003 Тренер: A/02.5** Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся **05.005 Инструктор-методист: B/02.5** Организация работы кружков и спортивных секций, спортивного актива	**Знает: (пороговый уровень)** Основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология; школьная гигиена; методика преподавания предмета; Основы здорового образа жизни; Основы спортивной медицины и спортивной гигиены; Педагогические, медико-биологические и психологические аспекты проблемы

	05.012 Тренер-преподаватель: A/08.6 Проведение работы по предотвращению применения допинга	применения допинга в спорте.
	01.001 Педагог: A/02.6 Воспитательная деятельность **05.003 Тренер: A/03.5** Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки **05.005 Инструктор-методист: A/04.4** Консультирование по вопросам улучшения физической подготовленности населения различных возрастных групп **05.012 Тренер-преподаватель: A/06.6** Формирование осознанного отношения к физкультурной и спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения	**Умеет: (продвинутый уровень)** Строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей; Использовать систему тестов для контроля и оценки уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося; Изучать и систематизировать информацию по вопросам улучшения физической подготовленности населения; Воспитывать социально значимые личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции.
	01.001 Педагог: B/04.6 Модуль "Предметное обучение. Математика" **05.003 Тренер: A/03.5** Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки **05.005 Инструктор-методист: A/04.4** Консультирование по вопросам улучшения физической подготовленности населения различных возрастных групп **05.012 Тренер-преподаватель: A/08.6** Проведение работы по предотвращению применения	**Имеет опыт: (высокий уровень)** Формирование способности к логическому рассуждению и коммуникации, установки на использование этой способности, на ее ценность; Регистрация и фиксация контрольных показателей физической и функциональной подготовленности занимающегося; Изучение и обобщение передового опыта в области улучшения физической подготовленности различных возрастных групп населения; Проведение разъяснительной работы об антидопинговых правилах.

	допинга	
ОПК-5.	**01.001 Педагог: В/01.5** Педагогическая деятельность по реализации программ дошкольного образования **05.003 Тренер: А/03.5** Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки **05.005 Инструктор-методист: В/04.5** Методическая и консультационная помощь работникам образовательной организации, родителям (законным представителям) несовершеннолетних обучающихся **05.012 Тренер-преподаватель: А/07.6** Обеспечение профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом	**Знает: (пороговый уровень)** Соблюдение правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики; Физиология человека. Возрастная физиология; Правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом.
	01.001 Педагог: А/03.6 Развивающая деятельность **05.003 Тренер: А/04. 5** **05.005 Инструктор-методист: В/03.5** Планирование, организация и проведение образовательной работы по физической культуре с обучающимися, занимающимися **05.012 Тренер-преподаватель: В/03.7** Обобщение и распространение передового опыта деятельности тренера-преподавателя	**Умеет: (продвинутый уровень)** Владеть стандартизированными методами психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей обучающихся; Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы; Заполнять электронные формы учета показателей здоровья и физических нагрузок; Собирать информацию из различных источников, в том числе из интервью, анализа специальной литературы (в том числе на иностранном языке), статистических сборников, иных отчетных данных и т.п.
	01.001 Педагог: В/05.6 Модуль "Предметное обучение. Русский язык" **05.003 Тренер: А/04.5**	**Имеет опыт: (высокий уровень)** Обучение методам понимания сообщения: анализ, структуризация, реорганизация, трансформация, сопоставление с другими

	Консультирование тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки занимающихся **05.005 Инструктор-методист: E/02.6** Руководство процессом набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации **05.012 Тренер-преподаватель: B/03.7** Обобщение и распространение передового опыта деятельности тренера-преподавателя	сообщениями, выявление необходимой для анализирующего информации; Проведение публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам спортивной физиологии, организации общей физической подготовки, специальной подготовки; Консультирование занимающихся в секциях и группах спортивной и оздоровительной направленности относительно программы тренировок, методических основ спортивной работы, проведение антидопинговой пропаганды; Оценка эффективности новейших методик осуществления тренировочного и соревновательного процесса и перспектив использования методик в условиях конкретной физкультурно-спортивной или образовательной организации.
ПК-6.	**01.001 Педагог: B/02.6** Педагогическая деятельность по реализации программ начального общего образования **05.003 Тренер: A/04.5** Консультирование тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки занимающихся **05.005 Инструктор-методист: F/02.6** Руководство процессом контроля тренировочного и образовательного процессов **05.012 Тренер-преподаватель: A/11.6** Обеспечение хореографической и акробатической подготовки спортсменов и обучающихся **01.001 Педагог: B/01.5** Педагогическая деятельность по реализации программ дошкольного образования **05.003 Тренер: B/02.5** Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на	**Знает: (пороговый уровень)** Основные и актуальные для современной системы образования теории обучения, воспитания и развития детей младшего школьного возрастов; Физкультурно-оздоровительные технологии; Основы законодательства Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; Передовой опыт подготовки спортсменов в соответствующем виде спорта. **Умеет: (продвинутый уровень)** Применять методы физического, познавательного и личностного развития детей раннего и дошкольного возраста в соответствии с образовательной программой организации; Анализировать и оценивать динамику

	этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки **05.005 Инструктор-методист: B/04.5** Методическая и консультационная помощь работникам образовательной организации, родителям (законным представителям) несовершеннолетних обучающихся **05.012 Тренер-преподаватель: B/04.7** Оказание экспертной и методической помощи по вопросам компетенции **01.001 Педагог: A/01.6** Общепедагогическая функция. Обучение **05.003 Тренер: C/05.6** Подготовка занимающихся по основам медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки **05.005 Инструктор-методист: A/03.4** Вовлечение населения различных возрастных групп в занятия физической культурой и спортом **05.012 Тренер-преподаватель: B/04.7** Оказание экспертной и методической помощи по вопросам компетенции	антропометрических, физиологических, психологических параметров у занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, определять уровень мотивации занимающихся; Владеть навыками работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; Выполнять анализ тренировочного и соревновательного процесса и выявлять причины его неэффективности **Имеет опыт: (высокий уровень)** Формирование навыков, связанных с информационно-коммуникационными технологиями (далее - ИКТ); Проведение теоретических занятий с занимающимися по изучению основ системы медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки; Изучение передового опыта организации массового спортивного движения; Определение причины возникновения проблемы в осуществлении тренировочного и соревновательного процесса

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль: устный опрос, выполнение письменных домашних заданий, контроль самостоятельной работы студентов (в устной и письменной форме). Студенты пишут рефераты на заданные темы.

Основная форма промежуточного контроля – **зачет**.

7.2.2. Тематика рефератов

1. Основные понятия валеологии;

2. Предмет валеологии, значение, главная цель и задачи;
3. Предпосылки возникновения валеологии;
4. Классификация валеологии, связь с другими науками;
5. Здоровье человека в современном обществе;
6. Определение «болезни»;
7. Характеристика состояния «предболезни».
8. Генетические факторы здоровья;
9. Состояние окружающей среды;
10. Медицинское обеспечение здоровья;
11. Условия и образ жизни;
12. Предпосылки понятия ЗОЖ;
13. Главные факторы ЗОЖ;
14. Валеологическое самообразование – важнейший элемент ЗОЖ.
15. Экология и здоровье;
16. Проблема питания современного человека;
17. Правила здорового питания;
18. Рациональное питание;
19. Специальные диеты;
20. Обоснование использования специализированных продуктов питания в спорте;
21. Классификация специализированных продуктов для питания спортсменов;
22. Высокобелковые продукты (протеины);
23. Аминокислотные препараты;
24. Белково-углеводные продукты (гейнеры);
25. Витаминно-минеральные комплексы;
26. Углеводно-энергетические добавки (энергетики);
27. Липотропные и термогенные препараты (жиросжигающие комплексы);
28. Изотонические напитки;
29. Средства для суставов и связок;
30. Особенности питания представителей игровых видов спорта;
31. Особенности питания представителей сложнокоординационных видов спорта;
32. Особенности питания представителей циклических видов спорта;
33. Особенности питания представителей силовых и скоростно-силовых видов спорта;
34. Особенности питания представителей единоборств;
35. Простые антропометрические методы оценки уровня жироотложения: индекс массы тела;
36. Простые антропометрические методы оценки уровня жироотложения: обхват талии;
37. Простые антропометрические методы оценки уровня жироотложения: индекс талия – бедра;

38. Простые антропометрические методы оценки уровня жироотложения: формулы идеального веса;
39. Методы оценки состава тела и основного обмена: калиперометрия;
40. Методы оценки состава тела и основного обмена: метод инфракрасного отражения;
41. Методы оценки состава тела и основного обмена: подводное взвешивание;
42. Методы оценки состава тела и основного обмена: воздушная плетизмография;
43. Методы оценки состава тела и основного обмена: метод разведения индикаторов;
44. Методы оценки состава тела и основного обмена: определение естественной радиоактивности всего тела;
45. Методы оценки состава тела и основного обмена: рентгеновские методы и МРТ;
46. Методы оценки состава тела и основного обмена: прямая и непрямая калориметрия;
47. Физиологическое значение оздоровительной ходьбы;
48. Физиологическое значение оздоровительного бега;
49. Физиологическое значение скандинавской ходьбы;
50. Физиологическое значение передвижения на лыжах;
51. Физиологическое значение передвижения на велосипеде;
52. Физиологическое значение плавания;
53. Физиологическое значение утренней гигиенической гимнастики;
54. Система оздоровления П. Иванова;
55. Система оздоровления Н. Амосова;
56. Комплексная программа оздоровительной физической тренировки «Контрекс»-2;
57. Система оздоровления К. Динейки;
58. Система оздоровления М. Гриненко;
59. Система оздоровления Г. Малахова;
60. Система оздоровления К. Бутейко;
61. Дыхательная гимнастика Л.Н. Стрельниковой;
62. История использования физических упражнений в оздоровительных целях;
63. Система физических упражнений Ушу;
64. Система упражнений Йоги;
65. Психофизическая система упражнений Цигун;
66. Китайская гимнастика Тайцзи;
67. Физиологическое обоснование оздоровительных занятий шейпингом;
68. Физиологическое обоснование оздоровительных занятий калланетикой;
69. Физиологическое обоснование оздоровительных занятий

пилатесом;

70. Физиологическое обоснование оздоровительных занятий ритмической гимнастикой;

71. Физиологическое обоснование оздоровительных занятий фитнесом;

72. Физиологическое обоснование оздоровительных занятий стретчингом;

73. Аромооздоровление или ароматерапия в валеологическом аспекте укрепления здоровья;

74. Фитооздоровление в валеологическом аспекте укрепления здоровья;

75. Дары сада, огорода и здоровье человека в валеологическом аспекте укрепления здоровья;

76. Анималотерапия в валеологическом аспекте укрепления здоровья;

77. Вода и здоровье человека в валеологическом аспекте укрепления здоровья;

78. Металлотерапия и здоровье человека в валеологическом аспекте укрепления здоровья;

79. Цветооздоровление в валеологическом аспекте укрепления здоровья;

80. Влияние звуков на здоровье человека в валеологическом аспекте укрепления здоровья;

81. Музыкооздоровление или музыкотерапия в валеологическом аспекте укрепления здоровья.

Реферат представляется преподавателю в рукописном виде, объем работы не менее 10 листов. Рефераты должны быть оформлены соответственно следующим требованиям:

1. Титульный лист (с указанием названия учебного заведения, факультета, курса, группы и ФИО студента, ФИО преподавателя);
2. План;
3. Раскрытие темы реферата;
4. Список использованной литературы.

7.2.3. Тестовые задания по дисциплине

Тестовые задание по дисциплине «Валеология» представлены в приложении 1.

7.2.4. Вопросы к зачету

1. Основные понятия валеологии;
2. Предмет валеологии, значение, главная цель и задачи;
3. Предпосылки возникновения валеологии;
4. Классификация валеологии, связь с другими науками;
5. Здоровье человека в современном обществе;

6. Определение «болезни»;
7. Характеристика состояния «предболезни».
8. Генетические факторы здоровья;
9. Состояние окружающей среды;
10. Медицинское обеспечение здоровья;
11. Условия и образ жизни;
12. Предпосылки понятия ЗОЖ;
13. Главные факторы ЗОЖ;
14. Валеологическое самообразование – важнейший элемент ЗОЖ.
15. Экология и здоровье;
16. Проблема питания современного человека;
17. Правила здорового питания;
18. Рациональное питание;
19. Специальные диеты;
20. Обоснование использования специализированных продуктов питания в спорте;
21. Классификация специализированных продуктов для питания спортсменов;
22. Высокобелковые продукты (протеины);
23. Аминокислотные препараты;
24. Белково-углеводные продукты (гейнеры);
25. Витаминно-минеральные комплексы;
26. Углеводно-энергетические добавки (энергетики);
27. Липотропные и термогенные препараты (жиросжигающие комплексы);
28. Изотонические напитки;
29. Средства для суставов и связок;
30. Особенности питания представителей игровых видов спорта;
31. Особенности питания представителей сложнокоординационных видов спорта;
32. Особенности питания представителей циклических видов спорта;
33. Особенности питания представителей силовых и скоростно-силовых видов спорта;
34. Особенности питания представителей единоборств;
35. Простые антропометрические методы оценки уровня жироотложения: индекс массы тела;
36. Простые антропометрические методы оценки уровня жироотложения: обхват талии;
37. Простые антропометрические методы оценки уровня жироотложения: индекс талия – бедра;
38. Простые антропометрические методы оценки уровня жироотложения: формулы идеального веса;
39. Методы оценки состава тела и основного обмена: калиперометрия;

40. Методы оценки состава тела и основного обмена: метод инфракрасного отражения;
41. Методы оценки состава тела и основного обмена: подводное взвешивание;
42. Методы оценки состава тела и основного обмена: воздушная плетизмография;
43. Методы оценки состава тела и основного обмена: метод разведения индикаторов;
44. Методы оценки состава тела и основного обмена: определение естественной радиоактивности всего тела;
45. Методы оценки состава тела и основного обмена: рентгеновские методы и МРТ;
46. Методы оценки состава тела и основного обмена: прямая и непрямая калориметрия;
47. Физиологическое значение оздоровительной ходьбы;
48. Физиологическое значение оздоровительного бега;
49. Физиологическое значение скандинавской ходьбы;
50. Физиологическое значение передвижения на лыжах;
51. Физиологическое значение передвижения на велосипеде;
52. Физиологическое значение плавания;
53. Физиологическое значение утренней гигиенической гимнастики;
54. Система оздоровления П. Иванова;
55. Система оздоровления Н. Амосова;
56. Комплексная программа оздоровительной физической тренировки «Контрекс»-2;
57. Система оздоровления К. Динейки;
58. Система оздоровления М. Гриненко;
59. Система оздоровления Г. Малахова;
60. Система оздоровления К. Бутейко;
61. Дыхательная гимнастика Л.Н. Стрельниковой;
62. История использования физических упражнений в оздоровительных целях;
63. Система физических упражнений Ушу;
64. Система упражнений Йоги;
65. Психофизическая система упражнений Цигун;
66. Китайская гимнастика Тайцзи;
67. Физиологическое обоснование оздоровительных занятий шейпингом;
68. Физиологическое обоснование оздоровительных занятий калланетикой;
69. Физиологическое обоснование оздоровительных занятий пилатесом;
70. Физиологическое обоснование оздоровительных занятий ритмической гимнастикой;
71. Физиологическое обоснование оздоровительных занятий

фитнесом;

72. Физиологическое обоснование оздоровительных занятий стретчингом;

73. Аромооздоровление или ароматерапия в валеологическом аспекте укрепления здоровья;

74. Фитооздоровление в валеологическом аспекте укрепления здоровья;

75. Дары сада, огорода и здоровье человека в валеологическом аспекте укрепления здоровья;

76. Анималотерапия в валеологическом аспекте укрепления здоровья;

77. Вода и здоровье человека в валеологическом аспекте укрепления здоровья;

78. Металлотерапия и здоровье человека в валеологическом аспекте укрепления здоровья;

79. Цветооздоровление в валеологическом аспекте укрепления здоровья;

80. Влияние звуков на здоровье человека в валеологическом аспекте укрепления здоровья;

81. Музыкооздоровление или музыкотерапия в валеологическом аспекте укрепления здоровья.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Список основной литературы по дисциплине «Валеология»:

1. Вайнер, Э. Н. Валеология: учебник для вузов / Э. Н. Вайнер. – 11-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2021. – 448 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=79501 (дата обращения: 25.10.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-89349-329-0. – Текст : электронный

2. Цуцаева, М. В. Валеологические аспекты преподавания физической культуры для студентов с ослабленным здоровьем : учебное пособие : [16+] / М. В. Цуцаева, Т. Н. Власова, Л. И. Зуб ; Волгоградский государственный аграрный университет. – Волгоград : Волгоградский государственный аграрный университет, 2020. – 120 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=611232 (дата обращения: 25.10.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4479-0260-5. – Текст : электронный.

3. Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт,

2022. — 282 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07354-6. — URL : https://urait.ru/bcode/491312

4. Петрушин, В. И. Психология здоровья : учебник для среднего профессионального образования / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 381 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11272-6. — URL : https://urait.ru/bcode/491333

Список дополнительной литературы по дисциплине «Валеология»:

1. Гринченко, Н. А. Трезвый образ жизни: [16+] / Н. А. Гринченко; Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина. – Елец: Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2010. – 316 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272435 (дата обращения: 22.11.2023). – Текст: электронный.

2. Книжникова, С. В. Девиантология для педагогов и психологов: учебное пособие / С. В. Книжникова. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2014. – 363 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256674 (дата обращения: 22.11.2023). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-2479-1. – DOI 10.23681/256674. – Текст электронный.

3. Васильева, И. В. Физиология питания : учебник и практикум для среднего профессионального образования / И. В. Васильева, Л. В. Беркетова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 235 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16048-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/530347 (дата обращения: 11.12.2023).

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

Интернет-источники:

1. http://sportfiction.ru/books/ - спортивная электронная библиотека, которая содержит электронные версии книг, периодических изданий, популярные и научные статьи.

2. Общероссийская общественная организация «Российская ассоциация по спортивной медицине и реабилитации больных и инвалидов» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: https://sportmed.ru

Электронные библиотеки:

1. Электронно-библиотечная система «Национальный цифровой ресурс Руконт». – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/

2. http://www.elibrary.ru - eLIBRARY.RU (Научная электронная библиотека) - крупнейший российский информационно-аналитический портал;

3. Образовательная платформа «**Юрайт**» — это онлайн-ресурс и **электронная библиотека** для студентов и преподавателей. https://urait.ru/?ysclid=lq0oaegnc0699794408

4. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» https://cyberleninka.ru/?ysclid=lq0oc6hnq5111494274

5. Библиотека Российской академии наук[Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.rasl.ru

6. Президентская библиотека[Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru

7. Медицинская библиотека BooksMed[Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.booksmed.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.consultant.ru

2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал].- Режим доступа: http://www.garant.ru

Федеральные порталы, образовательные ресурсы:

1. Министерство здравоохранения РФ[Электронный ресурс]: [официальный сайт].-Режим доступа: https://www.rosminzdrav.ru/ru

2. Министерство спорта РФ[Электронный ресурс]: [официальный сайт].-Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru

3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации[Электронный ресурс]: [официальный сайт].-Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru

4. Спортивный портал: Бодибилдинг, пауэрлифтинг, фитнес[Электронный ресурс].-Режим доступа: http://athlete.ru

5. Все о фитнесе[Электронный ресурс].-Режим доступа: https://onfit.ru

6. Всемирное антидопинговое агентство[Электронный ресурс].-Режим доступа: https://www.wada-ama.org

7. Спортивная Россия открытая платформа[Электронный ресурс]: [ресурсная площадка].-Режим доступа: http://www.infosport.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: краткое, схематичное, последовательное фиксирование основных положений, выводов, формулировок, обобщений; выделение ключевых слов, терминов. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначение вопросы, терминов, материала, вызывающего трудности. Если

	самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на семинарском занятии.
Семинарские занятия	Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом
Реферат	Реферат: Поиск литературы и составление библиографии, использование от 5 до 10 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Самостоятельная работа	Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа. Изучение нового материала до его изложения на занятиях. Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников. Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа. Подготовка к текущему контролю, к промежуточной аттестации
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

11. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс»https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных

	Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level		приложений

12. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1.	Лаборатория кафедры № 321	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения. Количество посадочных мест: для студентов – 10; для преподавателя – 1. Перечень технических средств обучения: персональный компьютер ПК iRuCorp Corei3, аппарат ЭКГ, кардиограф SCHILLER, велотренажёр KETLER, беговая дорожка PRO-FORM	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, Тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 63393854, продукт Microsoft Windows Professional 8.1 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Sl 8.1 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine, Прикладное ПО, пакет офисных приложений Microsoft Open License, Тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 63393854, продукт Microsoft Office 2013 Russian Academic OPEN 1 License No Level. Антивирусное программное обеспечение – Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year, Educational Renewal License номера лицензий: 13C8-180912-095410-983-1101 (12.09.2018); 2304-170922-065924-300-631 (22.09.2017); 1E40-160907-064819-810-433 (07.09.2016)

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
			1B08-150918-015252 (18.09.2015) 1B08-150918-015252 (22.09.2014)
2.	Лаборатория кафедры №№ 403-404	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения. Количество посадочных мест: для студентов – 10; для преподавателя – 1. Перечень технических средств обучения: 1. Лазерные терапевтические комплексы Калужского медико-технического лазерного центра «Узор 3К», «Узор 3КС» 2. Велоэргометрическое тестирование с использованием велоэргометра «MONARK» В частности, механический велоэргометр «Ergomedic 894EPeak» фирмы «MonarkExerciseAB». 3. Скрининговая оценка функционального состояния организма с использованием АПК «Динамика-100» 4. Стационарный прибор «MetaLyzer 3B-R2», производства компании «CORTEXBiophysikGmbH» и программного приложения «MetaSoft 3» 5. Аппаратно-программный комплекс для топографического картирования электрической активности мозга «НЕЙРО-КМ» 6. Диагностическая система, электрокардиограф SchillerCardiovitCS-200 с принадлежностями; персональный компьютер ПК	

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
		iRuHome 510 Corei5, МФУ лазерный Samsung ScX-3405/XEV (принтер/сканер/копир), 2 ноутбука Samsung 300E5A	
3.	Аудитория № 420 - помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная одноэлементная 300*130см. Перечень технических средств обучения: интеракт. система VTRONIDB 4650LCD 52'	Интерактивная панель EDFLAT EDF-86UH2.V2 со встроенным модулем OPSi5-10300H/DDR4-8GB/SSD-256GB в комплекте с программным обеспечением (ПО).
4.	Аудитория № 425 - помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 40; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная одноэлементная 300*130см. Перечень технических средств обучения: интерактивная система VTRONIDB 4650LCD 52'	Интерактивная панель EDFLAT EDF-86UH2.V2 со встроенным модулем OPSi5-10300H/DDR4-8GB/SSD-256GB в комплекте с программным обеспечением (ПО).
5.	Аудитория № 426 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля,	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 22; для преподавателя–1. Учебная доска для мела настенная магнитная трёхэлементная 300*130 см.	-//-

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
	промежуточной аттестации и самостоятельной работы		

СОГЛАСОВАНО

Ответственный за ОПОП,
заведующая кафедрой туризма
и спортивного ориентирования Васильева З.В.

Приложение

Приложение 1

ТЕСТ

1. По определению ВОЗ здоровье – это:

а) отсутствие болезней;

б) нормальное функционирование систем организма;

в) состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и дефектов физического развития +;

г) состояние организма человека, когда функции его органов и систем уравновешены с внешней средой и отсутствуют какие-либо болезненные изменения;

2. Какие факторы оказывают наибольшее влияние на здоровье человека согласно концепции факторов риска?

а) наследственные;

б) социальные +;

в) деятельность сети здравоохранения;

г) факторы окружающей среды.

3. Термин экология человека ввели в науку:

а) Тэнсли, Эрлих;

б) Парк, Берджес +;

в) Соре, Брюн;

г) Прохоров, Воронов;

4. Вопрос о человеке как о главном объекте экологии был впервые поставлен на конференции в:

а) Стокгольме +;

б) Рио-де-Жанейро;

в) Киото;

г) Риме.

5. Медицинская наука, которая рассматривает зависимость общественного здоровья от факторов окр. среды называется:

а) медицинская география;

б) эпидемиология;

в) экология человека +;

г) гигиена.

6. Сколько всего существует антропоэкологических аксиом?

а) 3;

б) 5;

в) 7;

г) 10 +.

7. Какого уровня адаптации применительно к человеку не существует?

а) биологического;

б) этнического;

в) социального;

г) экологического +.

8. Главным критерием биологической адаптивности служит:

а) уровень заболеваемости;

б) естественный прирост;

в) акклиматизация;

г) смертность +.

9. Временное приспособление к новым условиям существования в результате смены места жительства или климата называется:

а) адаптация;
б) коадаптация;
в) акклиматизация +;
г) дезадаптация.

10. Процесс возникновения болезни в медицинской экологии носит название:

а) патогенез +;
б) этиология заболевания;
в) эпидемический процесс;
г) инвазия.

11. Главной индикаторной группой по степени чувствительности к экологическим факторам являются:

а) дети +;
б) подростки;
в) взрослые;
г) пенсионеры.

12. К какому типу здоровья согласно классификации, типов здоровья относится Россия?

а) постпримитивный;
б) квазимодерный +;
в) модерный;
г) постмодерный.

13. К постмодерному типу здоровья согласно классификации, Прохорова относятся страны:

а) Япония, Швеция +;
б) Франция, Канада;
в) США, Китай;
г) Австралия, Бразилия.

14. В РФ наблюдается следующая закономерность распределения экологического фактора:

а) ухудшение показателей с севера на юг и с востока на запад;
б) улучшения показателей с севера на юг и с востока на запад +;
в) ухудшение показателей с севера на юг, улучшения с востока на запад;
г) улучшение показателей с севера на юг и с запада на восток.

15. Организм, который может не болеть сам, но может переносить болезнь называется:

а) возбудитель;
б) носитель инфекции;
в) переносчик инфекции +;
г) зараженный рецепиент.

16. В эпидемическую триаду не входит:

а) источник;
б) механизм;
в) иммунитет +;
г) восприимчивость.

17. Численное выражение готовности к заболеванию при первичном инфицировании каким-либо возбудителем носит название:

а) контагиозный индекс +;
б) восприимчивость;
в) фактор риска;
г) индекс Рорера.

18. Группа заболеваний, не передающихся через переносчика носит название:

а) аксенозы +;

б) антропонозы;
в) метаксенозы;
г) сапронозы.

19. Группа заболеваний, при которой инфекция передаётся через переносчика, имеющего промежуточного хозяина носит название:

а) зоонозы;
б) аксенозы;
в) сапронозы;
г) метаксенозы +.

20. Клещевой энцефалит относится к группе заболеваний:

а) зоонозы-аксенозы;
б) зоонозы-метаксенозы +;
в) антропонозы-аксенозы;
г) антропонозы-метаксенозы.

21. Какие регионы Воронежской области являются очагами бешенства:

а) Борисоглебский и Рамонский;
б) Борисоглебский и Лискинский;
в) Богучарский и Эртильский;
г) Россошанский и Кантермировский +.

22. Одним из основоположников биометеорологии является:

а) Вернадский;
б) Чижевский +;
в) Воронов;
г) Попов.

23. Самый низкий потенциал загрязнения атмосферы (ПЗА) на территории РФ наблюдается в:

а) Приморский край +;
б) Северный Кавказ;
в) Поволжье;
г) Западная Сибирь.

24. Наиболее грязными городами с экологической точки зрения из нижеперечисленных являются:

а) Новгород, Липецк;
б) Челябинск, Чапаевск +;
в) Москва, Псков;
г) Тула, Хабаровск.

25. Микроэлементозы – это заболевания, вызванные:

а) недостатком микроэлементов;
б) избытком микроэлементом;
в) дисбалансом микроэлементов;
г) всё вышеперечисленное верно +.

26. Микроэлемент, отсутствие или малое количество которого вызывает флюороз зубов и других костных образований:

а) железо;
б) кальций;
в) фтор +;
г) йод.

27. Ускорение темпов роста и развития детей называется:

а) дистрофия;
б) гиподинамия;
в) акселерация +;
г) гиперактивность.

28. Какая из стран характеризуется наибольшим показателем ИРЧП:
а) Швеция;
б) Норвегия +;
в) Япония;
г) Германия.
29. Возникновение врождённых аномалий развития это:
а) арсениоз;
б) терратогенез +;
в) гистогенез;
г) аллелопатия.
30. Индекс Ропера характеризует отношение:
а) массы тела к объёму тела +;
б) роста тела к объёму тела;
в) длины конечностей к росту;
г) площади относительной поверхности тела к росту.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТУРИЗМА И СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ОСНОВЫ ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 1
Семестр – 1
Итоговая форма контроля – зачёт (1 семестр)

Рабочую программу разработали:
Брайцева В.А., к.п.н., доцент
Высоцкая Л.В., ст. преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта . 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 6
4. Объём дисциплины и виды учебной работы 6
5. Содержание дисциплины 6
5.1 Количество часов по видам занятий 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 7
5.2.1 Содержание лекционных занятий 7
5.2.2 Содержание практических занятий 7
6. Самостоятельная работа студентов 8
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 10
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 10
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 12
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 12
7.2.2 Тестовые задания 16
7.2.3 Вопросы к зачёту 18
7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи 18
8. Перечень основной и дополнительной литературы 20
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 21
9.1 Электронные библиотечные системы 21
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 21
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 22
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 26
12. Лицензионное программное обеспечение 27

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный Образовательный стандарт 3++ по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм (уровень бакалавриата), утверждён приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 943 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки», с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата, которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-3 – способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью;

ОПК-5 – способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни;

ОПК-13 – способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий.

	Соотнесённые профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания		
Положения или регламентов по виду спорта	05.007 «Спортивный судья»	ОПК-13, A/01.3; D/01.5
Квалификационных требований к спортивным судьям по виду спорта	05.007 «Спортивный судья»	ОПК-13, C/01.4; D/01.5
Планирование и организацию занятий по физическому воспитанию, тренировочным занятиям по утверждённым программам	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	ОПК-13, ОПК-3 A/01.4;

Технику и приёмы вовлечения в деятельность, мотивацию к освоению избранного вида деятельности обучающихся различного возраста	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»	ОПК-5 А/01.4;
Умения		
Организовывать и проводить занятия по физическому воспитанию в рамках туристско-спортивных мероприятий	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» 01.007 «Специалист, участвующий в организации деятельности детского коллектива (вожатый)»	ОПК-13, ОПК-3
Понимать мотивы поведения, учитывать и развивать интересы обучающихся при проведении краеведческих и спортивных мероприятия	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»	ОПК-5 А/02.6;
Навыки и /или опыт деятельности		
Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» 01.007 «Специалист, участвующий в организации деятельности детского коллектива (вожатый)»	ОПК-13 А/01.6
Применения общетеоретических знаний, методических (технологических), в том числе инновационных при разработке документов планирования тренировочного и образовательного процессов, активного отдыха в режиме учебного и вне учебного времени	05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель» 33.023 «Инструктор-проводник»	ОПК-3, ОПК-13 А/01.5
Определения уровня спортивной предрасположенности и мотивации занимающегося к туристско-краеведческой деятельности	05.003 «Тренер» 05.012 «Тренер-преподаватель»	ОПК-5 С/01.6

	33.023 «Инструктор-проводник»	

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к Блоку 1 обязательной части образовательной программы (Б1.О.13). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля): зачёт. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: базовые виды физической культуры, дисциплины специализации.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы		Всего часов	Семестр
			1
Контактная работа преподавателя со студентами		12	12
Лекции		6	6
Семинары			
Практические занятия		6	6
Лабораторные работы			
Промежуточная аттестация		зачёт	4
Самостоятельная работа		92	92
Общая трудоёмкость часы	**часы**	108	108
	ЗЕ	3	

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа
1	Введение с дисциплину «Основы туристско-краеведческой деятельности»	6	2	2	-

2	Педагогический потенциал детско-юношеского туризма	28	2	2	20
3	Система туристско-краеведческой деятельности в школе. Туристско-краеведческие объединения	28	2	2	20
	Итоговая аттестация	4			
	Всего часов	108	6	6	92

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

1. Введение с дисциплину «Основы туристско-краеведческой деятельности»

О предмете «туризм» в школе. Концепция туристско-краеведческой деятельности. История развития туризма в дореволюционной России.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по истории развития туризма и место его в школьной педагогике.

2. Педагогический потенциал детско-юношеского туризма

Обучение на туристской тропе. Оздоровление через туризм. Туризм и профессиональная ориентация. Социальная адаптация средствами туризма.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по выявлению связей общеобразовательных дисциплин с туристской деятельностью.

3. Система туристско-краеведческой деятельности в школе. Туристско-краеведческие объединения

Содержание туристско-краеведческой деятельности. Качество и количество. Руководители туристско-краеведческих объединений. Программы работы детских объединений. Комплектование детского объединения. Планирование работы объединения. Учет работы объединения. Режим работы объединения. Финансирование многодневных мероприятий.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по привлечению большего количества занимающихся занятиями туризмом, по использованию туристско-краеведческой деятельности в различных сферах образовательного процесса.

5.2.2 Содержание практических занятий

Занятия 1 (2 часа). Развитие туризма в дореволюционной России. Становление государственной системы детского туризма и краеведения. Детский туризм в годы Великой Отечественной войны и восстановления народного хозяйства. Период стабилизации туристско-краеведческой

деятельности. Туристско-краеведческая деятельность в новых социально-экономических условиях.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по истории развития туристско-краеведческой деятельности.

Изучение темы направлено на приобретение умения пользоваться литературой при подготовке к занятиям.

Изучение темы направлено на приобретение опыта составления выступления по заданной тематике.

Занятия 2 (2 часа). Туризм и семейное воспитание. Воспитание в туристском походе. От авторитарной педагогики – к педагогике сотрудничества. Причины замедления развития туризма в школе. Противоречия туризма.

Туристская подготовка учителя. Кадры. Содержание и программы ТПК. Формы и методы туристкой подготовки. Преподаватели и инструкторы для ТПК.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по содержанию туристско-краеведческой деятельности в школе и особенностям подготовки туристских кадров.

Изучение темы направлено на приобретение умений по планированию работы по туристской подготовке кадров (ТПК).

Изучение темы направлено на приобретение опыта проведения воспитательной работы.

Занятия 3 (2 часа). Формы туристско-краеведческой деятельности. Вопросы планирования, обеспечения и учета туристско-краеведческой деятельности. Материальное обеспечение ТКД. Учет туристской работы.

Школьное детское туристско-краеведческое объединение (кружок). Школьный туристский актив. Школьный музей.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по содержанию туристско-краеведческих объектов.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по формам туристско-краеведческой деятельности и особенностям проведения.

Изучение темы направлено на приобретение умений по проведению туристско-краеведческой работы.

Изучение темы направлено на приобретение умений и опыта представления экспонатов в школьном музее.

6. Самостоятельная работа студентов

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Требования к планированию туристского похода краеведческого	10	доклад	1 семестр

профиля			
Школьный музей как средство реализации требований ФГОС	10	сообщение	1 семестр
Подготовка музейного маршрута	10	доклад	1 семестр
Школьный музей как форма воспитательной работы	10	конспект	1 семестр
Проект по использованию туристско-краеведческой деятельности	52	творческая работа	1 семестр
Итого	92		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;
4. Работа с материалами УМК.

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат. В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 9 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ОПК-3 – способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью;	*05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* B/01.4 – Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке; B/02.4 – Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной медицине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях; *05.003 «Тренер»* A/01.5 – Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по общей физической подготовке по виду спорта; A/02.6 – Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по специальной физической подготовке по виду спорта; *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; A/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; A/10.6 – Осуществление организации и судейства соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением	**Знает (пороговый уровень):** теоретико-методические основы обучения двигательным действиям; технику безопасности на занятиях учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой направленности; особенности организации и проведения занятий по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возрастов, учащимися средних специальных и высших учебных заведений; **Умеет (стандартный уровень):** обучать технике двигательных действий по различным разделам программы: гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке **владеет (эталонный уровень):** проведения занятий по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возрастов, учащимися средних специальных и высших учебных заведений
ОПК-5 – способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой	*01.003«Педагог дополнительного образования»* A/02.6 Понимание мотивов поведения, учитывать и развивать интересы обучающихся при проведении краеведческих и спортивных мероприятия *05.003«Тренер»* A/01.5 – Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных	**Знает (пороговый уровень**): основные направления досуговой деятельности, подготовки и проведения спортивных мероприятий **Умеет (стандартный уровень):** понимать мотивы поведения, учитывать и развивать интересы обучающихся при проведении краеведческих и спортивных

деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни;	занятий со спортсменами по общей физической подготовке по виду спорта; A/02.6 – Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по специальной физической подготовке по виду спорта; *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; A/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; A/10.6 – Осуществление организации и судейства соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением	мероприятия **владеет (эталонный уровень):** планирование, организация и проведение досуговых мероприятий
ОПК-13 – способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий	*05.007 «Спортивный судья»:* A/01.3 – Визуальный контроль соблюдения условий проведения спортивных соревнований в соответствии с правилами вида спорта, положением (регламентом) о спортивном соревновании; C/01.4 – Обеспечение готовности спортивного и технологического оборудования, инвентаря и экипировки к проведению спортивного соревнования; D/01.5 – Организация работы секретариата спортивного соревнования; *05.003 «Тренер»:* A/01.5 – Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по общей физической подготовке по виду спорта; A/02.6 – Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по специальной физической подготовке по виду спорта; B/03.6 – Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся; B/06.6 – Координация	Знает (пороговый уровень): – цели и задачи, методы, средства и приемы туристско-краеведческой, спортивной, рекреационно-оздоровительной деятельности; – основные документы для проведения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий; – правила соревнований по спортивному туризму; – регламент группы спортивных дисциплин «дистанции-пешеходные»; Умеет (стандартный уровень): – использовать занятия спортивно-оздоровительным туризмом для формирования гармонически развитой личности; – решать образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи в процессе проведения занятий спортивно-оздоровительным туризмом; – проводить судейство отдельного технического

	соревновательной деятельности занимающихся *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; A/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; A/10.6 – Осуществление организации и судейства соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* B/01.4 – Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке; B/02.4 – Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной медицине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях; *01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»:* A/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы; *33.023 «Инструктор-проводник»;* A/01.5 – Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом; A/02.5 – Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекинги;	этапа в туристских соревнованиях; – составлять программу рекреационно-оздоровительного, физкультурно-массового, туристского, краеведческого, спортивного мероприятия; Владеет опытом (эталонный уровень): – организации и проведения рекреационно-оздоровительного, физкультурно-массового, туристского, краеведческого и спортивного мероприятия; – судейства соревнований по спортивному туризму и спортивному ориентированию.

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Промежуточная аттестация: зачет – 1 семестр.

Критерии оценивания компетенций (результатов)

Оценивается по 4-хбалльной шкале. В критерии оценки компетенций по экзамену входят:

1.уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;

2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;

3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;

4. ответы на дополнительные вопросы.

При проектировании ожидаемых результатов следует предусмотреть различные *уровни оценки ожидаемых результатов:*

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Примерный перечень оценочных средств в соответствии с иерархией целей по Блуму

№	Уровень сложности	Глаголы для формулировки заданий	Оценочные средства
1.	Знание	Цитировать, перечислить, дать определение, изобразить, идентифицировать, составить список, назвать, указать, записать, повторить, выбрать, сформулировать, свести в таблицу, рассказать, воспроизвести, упорядочить, соотнести, отметить	Тест Опрос устный Письменные ответы на вопросы Собеседование (индивидуальное, групповое) Коллоквиум Портфолио-коллектор (накопительное)
2.	Понимание	Определить, выделить, объяснить, находить различия, характеризовать, обсуждать, рассматривать в деталях, сделать сообщение, интерпретировать, сделать обзор, связать, уточнить, построить, преобразовать, расшифровать, выразить,	Тест Решение типовых ситуаций Эссе Портфолио оценочный

		переформулировать, рецензировать, привести примеры, описать	
3	Применение	Применять, рассчитать, классифицировать, демонстрировать, доказать, инсценировать, модифицировать, исследовать, изменить, иллюстрировать, интерпретировать, разработать, упорядочивать выполнять, использовать, обнаруживать, устанавливать, завершить, составить (отчет, план, график и т.п.), решать (задачу, проблему), раскрыть	Наблюдение Кейс-задания Игра ролевая Компетентсностно-ориентированные задания(КОЗ) Практические контрольные задания (ПКЗ) Портфолио достижений Тренажер Расчетно-графическая работа Метод Дельфи («мозговой атаки»)
4	Анализ	Анализировать, оценивать, сравнить, распределять по категориям(категорировать), полемизировать, оспаривать, вывести, подразделить, изобразить схематически, различать, (проводить различие), находить различия, исследовать, изучать, применять, осуществлять эксперимент, идентифицировать, собрать сведения, резюмировать, выделять, отсеять, отсортировать, измерить, разделить	Кейс-задание Игра организационно-мыслительная Реферат Портфолио Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты Проект
5	Синтез	Систематизировать, собирать (монтировать), осуществить компиляцию, производить сборку, сочинять (писать), конструировать (придумывать), создавать, производить, разрабатывать модель, алгоритмизировать, управлять, организовать, спланировать, подготовить, предлагать, изобретать, обобщать, компоновать, строить, интегрировать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Профессионально-исследовательские задания (ПИЗ) Портфолио Проект
6	Оценка	осуществлять оценку, убедить, выбрать, сравнивать и находить отличия, критиковать, определять (устанавливать, принимать решение), определять стоимость, составлять мнение, градировать (разбивать на этапы), сделать вывод, соизмерять (соотносить), осуществлять ранжирование, рекомендовать (предлагать), проверять (исправлять,	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Портфолио Проект

		видоизменять), обосновать, составить мнение, прогнозировать, защищать	

Описание шкалы оценивания

Отметка «отлично» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные, заданные экзаменатором;

- студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями;

- при ответе на вопросы используются данные из дополнительной литературы;

- ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения;

- студент демонстрирует умение вести научную дискуссию.

Отметка «хорошо» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определённые затруднения в ответе на уточняющие вопросы;

– в ответе имеют место несущественные фактические неточности;

- недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов билета;

– в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

– знания имеют фрагментарный характер, имеются определённые неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;

– при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки;

– студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

– не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;

– допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;

– студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;

– в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;

– на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или даёт неверные ответы.

Задания в рамках индикаторов достижения компетенций оцениваются в процессе текущего контроля и являются обязательными в соответствии с утверждёнными в образовательной организации порядком промежуточной аттестации (как допуск к зачёту).

7.2.2 Тестовые задания

Тестовые задания для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Основы туристско-краеведческой деятельности»

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, который является правильным ответом

1. Видами туристской подготовки являются:
   а. – общетуристская, специальная туристская подготовка, физическая подготовка и интегральная подготовка;
   б. – техническая и тактическая подготовка;
   в. – общая и специальная туристская подготовка;
   г. – общая и интегральная подготовка.
2. Формами внекласной работы туристско-краеведческой деятельности в школе являются:
   а. – экскурсия;
   б. – туристский краеведческий слёт;
   в. – туристский поход;
   г. – все варианты верны.
3. Массовая форма туристско-краеведческой работы с младшими школьниками:
   а. – туристская прогулка (маршрут до 2 км)
   б. – туристская прогулка (маршрут до 4 км)
   в. – туристический поход
   г. – экскурсия.
4. Основным документом, регламентирующим проведение слёта или соревнований, является:
   а. – правила соревнований;
   б. – смета;
   в. – положение;
   г. – нет правильного варианта ответа.
5. Туристско-краеведческий кружок формируется на основе:
   а. – добровольного желания детей заниматься определённым видом деятельности, цель его – не только удовлетворить разнообразные интересы детей, но и занять их делом, полезным для них самих и общества;

б. – необходимые занятия определённым видом деятельности, с целью занять школьников делом, полезным для них самих и общества;

в. – обязательные занятия входящие в общешкольное расписание уроков;

г. – все варианты верны.

6. Виды планирования туристско-краеведческой работы в школе:

а. – календарно-тематическое планирование;

б. – перспективный план;

в. – общешкольный план;

г. – все варианты верны.

7. Школьный музей – это:

а. – общественное объединение, созданное совместными усилиями педагогов и учащихся и являющееся элементом дополнительного образования и воспитания детей;

б. – общественное объединение, созданное учащимися и являющееся элементом дополнительного образования и воспитания детей;

в. – общественное объединение, созданное педагогами, которое является элементом обязательного образования и воспитания детей;

г. – школьное объединение, созданное совместными усилиями педагогов и учащихся и являющееся элементом обязательного образования и воспитания детей.

8. Путешествие, которое проводятся с учащейся и студенческой молодежью с целью изучения истории родного края, окружающей среды, явлений социальной жизни, цивилизации, исследования географических, этнографических, исторических объектов с использованием технических средств передвижения или без них:

а. – экскурсия;

б. – прогулка;

в. – экспедиция;

г. – поход.

9. Какое количество людей охватывают групповые формы организации туристско-краеведческой деятельности:

а. – 10-20 человек;

б. – 20-30 человек;

в. – 30-35 человек;

г. – более 35 человек.

10. Какая форма туристской подготовки предусматривает формирование знаний, умений и навыков по элементам топографии, необходимым в условиях организации и проведения туристских походов и соревнований:

а. – топографическая подготовка;

б. – общефизическая подготовка;

в. – техническая подготовка;

г. – все варианты верны.

Ответы на вопросы для студентов направления
«Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
профиль «Спортивный туризм»
по дисциплине «Основы туристско-краеведческой деятельности»

1. – а;
2. – г;
3. – б;
4. – в;
5. – а;
6. – г;
7. – а;
8. – в;
9. – в;
10. – а.

7.2.3 Вопросы к зачёту

ВОПРОСЫ К ЗАЧЁТУ ДЛЯ СТУДЕНТОВ НАПРАВЛЕНИЯ «РЕКРЕАЦИЯ И СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ» ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ОСНОВЫ ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»:

1. Содержание ТКД в школе
2. Формы туристских путешествий
3. Организационные формы ТКД
4. Планирование ТКД в школе
5. ТКД как психолого-педагогический феномен
6. Проблемы активизации познавательной деятельности в процессе ТКД
7. Влияние туристско-краеведческой подготовки на развитие личности
8. Массовые формы краеведческой работы
9. Учет туристско-краеведческой работы
10. Руководство ТКД
11. Задачи ТКД
12. Организация работы объединений
13. Организация и проведение туристско-краеведческого похода
14. Организация работы с родителями
15. Проектная и учебная работа в ТКД

7.2.4 Кейсы, ситуационные задачи

Практическая работа 1
Преподаватели и инструкторы для туристской подготовки кадров

Название	Краткая характеристика
Технарь оголтелый	
Технарь умеренный	
Турист-романтик	
Турист-синтетик	

Краевед-естественник	
Краевед-гуманитарий	
Турист-экскурсионщик	

Практическая работа 2

Деление должностей в походе

	Название должностей	Краткая характеристика
Постоянные	Командир группы	
	Старший проводник	
	Завхоз по питанию	
	Завхоз по снаряжению	
	Санитар	
	Краевед	
	Фотограф	
	Казначей	
	Физорг	
	Культорг	
	Ремонтный мастер	
Временные		
Дежурные	Дежурный-инструктор	
	Дежурный корреспондент	
	Дежурный по кухне	
	Дежурный костровой	

Практическая работа 3

Меню похода

День		Продукты	Грамм	Стоимость (рублей)
1 день	Завтрак			
	Обед			
	ужин			
2 день	Завтрак			
	Обед			
	ужин			
3 день	Завтрак			
	Обед			
	ужин			
4 день	Завтрак			
	Обед			
	ужин			

5 день	Завтрак			
	Обед			
	ужин			
6 день	Завтрак			
	Обед			
	ужин			
Итого				

8. Перечень основной и дополнительной литературы

1. Теория и методика спортивного туризма [Электронный ресурс]: учебник / ред.: В.А. Таймазов, ред.: Ю.Н. Федотов. – М.: Советский спорт, 2014. – 424 с.: ил. – ISBN 978-5-9718-0647-9. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271139
2. Матюхина, Ю. А., Экскурсионная деятельность : учебное пособие / Ю. А. Матюхина, Е. Ю. Мигунова. — Москва : КноРус, 2023. — 223 с. — ISBN 978-5-406-10252-7.
3. Федотов, Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник / Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков. – М.: Советский спорт, 2008. – 464 с. 15 экз
4. Бомин, В. А. Основы детско-юношеского туризма [Электронный ресурс]: Учебно-методическое пособие / В. А. Бомин. – Иркутск: Издательство "Мегапринт", 2014. – 92 с.: ил. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/336930
5. Вяткин, Л.А. Туризм и спортивное ориентирование: учебное пособие / Л.А. Вяткин, Е.В. Сидорчук, Д.Н. Немытов. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 208 с. 4 экз
6. Константинов, Ю.С. Организация и проведение туристских походов с учащимися [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Г.И. Зорина, А.Г. Маслов, Ю.С. Константинов . – М.: Советский спорт, 2011. – 208 с. : ил. – (Профессиональное туристское образование) . – ISBN 978-5-9718-0548-9 . – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271122
7. Константинов, Ю.С. Туристско-краеведческая деятельность в школе учебно-методическое пособие / Ю.С. Константинов, Л.П. Слесарева. – М.: ГОУ МосгорСЮТур, 2011. – 352 с. 1 экз
8. Константинов, Ю.С. Спортивно-оздоровительный туризм. Теория и практика / Ю.С. Константинов. – М.: Советский спорт, 2023. – 350 с.
9. Туризм и краеведение [Электронный ресурс]: образовательные программы для системы дополнительного образования детей / ред.: Ю.С. Константинов, ред.: А.Г. Маслов. – М. : Советский спорт, 2005. – 161 с. – ISBN 5-9718-0043-4. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271121
10. Федотов, Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник / Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков. – М.: Советский спорт, 2003. – 328 с. 15 экз

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru
4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru

2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы

сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

- необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;
- записывать удобнее на одной стороне листа;
- записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;
- следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;
- на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.
2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.
3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.
4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.

5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчётов.
6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачёту и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчётности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.
2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления *7 – 10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,

• оглавление,

• введение,

• основную часть,

• заключение,

• библиографический список использованной литературы.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат заканчивается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включённый в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения лекционных и семинарских занятий должны быть оснащены специализированной мебелью.

1. Необходимые технические средства обучения:
   - мультимидийная приставка к ПК;
   - переносной экран.
2. Спортивное снаряжение:
   - Рюкзак туристский
   - Палатка туристская
   - Коврик туристский
   - Спальный мешок
   - Топор
   - Пила
   - Лопата
   - Тент
   - Костровое устройство
   - Столик туристский
   - Стул туристский
   - Компас спортивный
   - Курвиметр
   - Сигнальная лента
   - Туристская аптечка
   - Рукавицы брезентовые
   - Набор котлов для приготовления пищи
3. Библиотечный фонд литературы
4. Аудиторный фонд

№	Наименование	Оснащённость	Перечень лицензионного

п.п.	специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса

4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»
Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»,

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ В ТУРИЗМЕ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 5
Семестр – 10
Итоговая форма контроля – зачет (10 семестр)

Рабочую программу разработала:
Кожухова Е.Д., к.п.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта . 3

2. Результаты обучения по дисциплине 3

3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5

4. Объем дисциплины и виды учебной работы 6

5. Содержание дисциплины 6

5.1 Количество часов по видам занятий 6

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 7

5.2.1 Содержание лекционных занятий 7

5.2.2 Содержание практических занятий 7

6. Самостоятельная работа студентов 8

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 10

7.1 Этапы формирования компетенций . **Ошибка! Закладка не определена.**

7.2 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 10

7.3 Типовые контрольные задания или иные материалы**Ошибка! Закладка не определена.**

7.3.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 13

7.3.2 Вопросы к зачету 13

8. Перечень основной и дополнительной литературы 18

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 18

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 19

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины**Ошибка! Закладка не определена.**

12. Лицензионное программное обеспечение……23

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-8 – Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов;

ОПК-6 – Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знает: - основные требования по обеспечению безопасной жизнедеятельности людей; - технические и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности; - правила и нормы техники безопасности при проведении пеших, водных, горных, лыжных и велопоходов; - классификацию и причины возникновения спортивного, туристического и бытового травматизма; - факторы риска в природной среде (переохлаждение, солнечный удар, укусы насекомых/змей, пищевые отравления, обезвоживание);		УК-8 ОПК-6

- алгоритмы и стандарты оказания первой доврачебной помощи в походных условиях (до прибытия служб МЧС); - правила комплектования походной аптечки и назначение входящих в неё медикаментов.		
Умеет: - определять основные факторы риска на туристских маршрутах, - обеспечивать безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций, - обеспечивать техническую и коммерческую безопасность туристского предприятия; - проводить инструктаж по технике безопасности для туристов перед выходом на маршрут (инструктаж по снаряжению, поведению на воде, в горах и лесу); - идентифицировать потенциальные опасности рельефа и погодных условий (лавиноопасность, камнепады, паводки, грозы) и своевременно корректировать маршрут для профилактики травм; - оценивать состояние пострадавшего (пульс, дыхание, наличие кровотечений, переломов) на расстоянии до нескольких дней пути от ближайшего медицинского учреждения; - проводить базовые реанимационные мероприятия, останавливать кровотечения, накладывать шины при переломах, транспортировать пострадавшего подручными средствами.		
Имеет опыт: - навыками оказания первой доврачебной помощи при специфических туристических травмах (обморожения, ожоги, укусы, растяжения связок, тепловые удары) в автономных условиях; - способами безопасного преодоления естественных препятствий (переправы, крутые склоны) и страховки участников группы; - навыками эвакуации пострадавшего с маршрута (изготовление носилок, транспортировка волоком, на руках).		

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Обеспечение безопасности в туризме» входит в обязательную часть блока 1 дисциплин (**Б1.О.14**).

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 5 курсе по заочной форме обучения.

Итоговая форма контроля – зачет в 10 семестре.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: «Теория и практика туристской деятельности», «Основы военной подготовки», «География рекреационных систем и туризма».

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Всего часов	Семестр	
		9	10
Лекции	8		8
Практические занятия	8		8
Аттестация – зачет	4		4
Самостоятельная работа	52		52
Общая трудоемкость, часы	72		
Общая трудоемкость, ЗЕ	2		

Количество часов, отведенных на занятия лекционного типа, в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятий, отведенных на реализацию Блока 1 структуры бакалавриата.

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Лекцион-ные занятия	Семинар ские занятия	Само-стоятель-ная работа
1.	Теоретические основы туризма	4		2	2
2.	Характеристика безопасной деятельности в туризме	6	2		4
3.	Управление рисками в туризме	21	2	2	17
4.	Деятельность туристских организаций по обеспечению оказания туристских услуг	6	2		4
5.	Безопасность при организации активных видов туризма	8		2	6

6.	Формы обеспечения безопасности туризма	23	2	2	19
	Аттестация – зачет	4			
	Всего часов	**72**	**8**	**8**	**52**
Трудоемкость дисциплины: 2 з.е.					

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Характеристика безопасной деятельности в туризме

Представление о безопасности. Классификация существующих опасностей. Характеристика безопасности туризма. Основные составляющие безопасности в туризме. Угрозы безопасности туризма.

Управление рисками в туризме

Риск как мера опасности. Факторы риска в туризме.

Деятельность туристских организаций по обеспечению оказания туристских услуг

Обеспечение безопасности туристов и услуг, входящих в турпродукт. Безопасность туристских услуг и обслуживания. Государственно-правовой институт безопасности туризма и механизм обеспечения безопасности туризма в РФ

Формы обеспечения безопасности туризма

Теоретические и организационные основы туристских формальностей: понятие, предмет и задачи туристских формальностей. Виды формальностей в туризме. Туристские формальности для туроператора. Организация и регулирование туристской деятельности.

5.2.2 Содержание семинарских занятий

Теоретические основы туризма

Критерии (признаки) туризма. Структура индустрии туризма. Туристская деятельность. Туристский продукт.

Управление рисками в туризме

Риск как мера опасности. Факторы риска в туризме. Снижение и предупреждение воздействия факторов риска в туризме. Классификация туристских рисков. Основные туристские риски на примере стран

Безопасность при организации активных видов туризма

Безопасность дайвинга. Безопасность отдыха у водоемов. Безопасность на горных лыжах. Спелеологический туризм и безопасность. Вейкбординг и безопасность. Безопасность роуп-джампинга и гребного слалома. Безопасность велосипедного туризма

Формы обеспечения безопасности туризма

Теоретические и организационные основы туристских формальностей: понятие, предмет и задачи туристских формальностей. Виды формальностей в туризме. Паспортные формальности. Визовые формальности. Миграционный учет. Туристские формальности для туроператора. Организация и регулирование туристской деятельности. Таможенные формальности. Порядок ввоза и вывоза флоры и фауны. Перемещение через границу культурных ценностей. Валютные формальности. Санитарно-эпидемиологические формальности. Туристские формальности для въездного туризма в РФ. Страховые формальности. Формальности безопасности в международном туризме. Туристские формальности отдельных стран мира

6. Самостоятельная работа студентов

В процессе изучения дисциплины особое внимание необходимо уделять самостоятельной работе студентов, которая может быть организована на учебном занятии в процессе теоретического обучения, при проведении практических (семинарских) занятий и во внеурочное время.

Самостоятельная работа состоит из усвоения теоретических положений курса, необходимых для выработки умений и выполнения практических заданий.

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля
Теоретические основы туризма	2	Устный опрос
Характеристика безопасной деятельности в	4	Устный опрос

туризме		
Управление рисками в туризме	17	Сообщение с презентацией
Деятельность туристских организаций по обеспечению оказания туристских услуг	4	Устный опрос
Безопасность при организации активных видов туризма	6	Сообщение с презентацией
Формы обеспечения безопасности туризма	19	Сообщение с презентацией
Итого	52	

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам магистратуры даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты могут пользоваться УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;
4. Работа с материалами УМК.

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к семинарским занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом, у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат (сообщение, презентацию). В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Показатели оценивания	Критерии Оценивания	Шкала оценивания
Понимание смысла компетенции	Имеет базовые общие знания в рамках диапазона выделенных задач	Пороговый уровень
	Понимает факты, принципы, процессы, общие понятия в пределах области исследования. В большинстве случаев способен выявить достоверные источники информации, обработать, анализировать информацию.	Стандартный уровень
	Имеет фактические и теоретические знания в пределах области исследования с пониманием границ применимости	Эталонный Уровень
Освоение компетенции в рамках изучения дисциплины	Наличие основных умений, требуемых для выполнения простых задач. Способен применять только типичные, наиболее часто встречающиеся приемы по конкретной сформулированной (выделенной) задаче	Пороговый уровень
	Имеет диапазон практических умений, требуемых для решения определенных проблем в области исследования. В большинстве случаев способен выявить достоверные источники информации, обработать, анализировать информацию.	Стандартный уровень
	Имеет широкий диапазон практических умений, требуемых для развития творческих решений, абстрагирования проблем. Способен выявлять проблемы и умеет находить способы решения, применяя современные методы и технологии.	Эталонный Уровень
Способность применять на практике знания, полученные в ходе изучения дисциплины	Способен работать при прямом наблюдении. Способен применять теоретические знания к решению конкретных задач.	Пороговый уровень
	Может взять на себя ответственность за завершение задач в исследовании, приспосабливает свое поведение к обстоятельствам в решении проблем. Затрудняется в решении сложных, неординарных проблем, не выделяет	Стандартный уровень

	типичных ошибок и возможных сложностей при решении той или иной проблемы Способен контролировать работу, проводить оценку, совершенствовать действия работы. Умеет выбрать эффективный прием решения задач по возникающим проблемам.	Эталонный Уровень

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

- ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Критерии оценки уровня развития компетенций

у студентов в рамках учебного курса, их соответствие по 4-х уровневой шкале

Критерии оценки компетенций	Традиционная (4-х уровневая) шкала оценки
«Отлично» – очень высокий уровень развития компетенций, отвечает всем требованиям ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	Отлично
«Очень хорошо» – высокий уровень развития компетенций, отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	Хорошо
«Хорошо» – уровень развития компетенций выше среднего, отвечает всем основным требованиям, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые из выполненных заданий, могут содержать ошибки	Хорошо
«Удовлетворительно» – средний уровень развития компетенций, отвечает большинству основных требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не являются существенными, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, значительная часть заданий выполнены с ошибками	Удовлетворительно
«Посредственно» уровень развития компетенций ниже среднего, не отвечает большинству требований ФГОС и учебной программы, теоретическое содержание курса освоено частично, некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены, либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	Удовлетворительно
«Неудовлетворительно» – низкий уровень развития компетенций, теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному.	Неудовлетво-рительно

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль качества усвоения знаний проводится регулярно в течение всего семестра. Включает в себя тестовые, ситуационные задачи и кейс-задания.

Самостоятельное изучение заданного материала проверяется на каждом семинарском занятии посредством устного опроса или в форме докладов подготовленных в виде презентаций, с использованием видео- и аудиоматериалов.

Промежуточный контроль качества усвоения знаний: знать теоретический материал в соответствии с программой, сдать зачет по пройденным темам.

Итоговый контроль качества усвоения знаний: знать теоретический материал в соответствии с программой, сдать зачет по пройденным темам

10 семестр – зачет.

7.2.2 Вопросы к экзамену

- Как в дореволюционной России XIX — начала XX в. обеспечивалась безопасность путешествий?
- В чем заключаются интересы туристов, интересы предпринимателей и работников сферы туризма?
- Назовите классификацию видов безопасности туризма.
- Назовите классификацию угроз безопасности, а также источников опасности.
- Определите социальную сущность безопасности.
- Назовите наиболее распространенные угрозы личной безопасности туристов и их источников.
- Перечислите основные причины несчастных случаев с людьми в местах массового отдыха и туризма.
- Что понимается под вредом в медицинском смысле в нормативных правовых актах?
- Дайте определение институту безопасности.
- Назовите основные задачи обеспечения безопасности туризма.
- Укажите, чем обеспечивается безопасность туризма.
- Дайте определение термину «культура безопасности туризма».
- Охарактеризуйте основные источники законодательства о безопасности туризма.
- Приведите примеры наиболее эффективных решений, реализованных субъектами Российской Федерации в области обеспечения безопасности

туризма.

- Какая из мер обеспечения безопасности туризма является приоритетной?
- Какие органы власти осуществляют функции по защите прав и законных
- интересов российских туристов за рубежом, а также обеспечению их личной безопасности?
- Назовите основные сферы деятельности национальной туристской администрации в области безопасности туризма.
- Механизм государственной политики в области обеспечения безопасности
- туризма реализуется путем…
- Что включает в себя деятельность в области обеспечении безопасности туризма?
- Какие режимы призваны обеспечивать безопасность туризма?
- Приведите пример функционирования режима информирования об угрозе
- безопасности в период массовых общественно-политических волнений.
- Назовите подрежимы безопасности туризма, которые могут дифференцироваться по различным основаниям.
- Дайте общую характеристику государственной политики в области обеспечения безопасности туризма.
- Перечислите субъектов обеспечения безопасности туризма.
- Каким образом осуществляется взаимодействие федеральных органов
- государственной власти, органов государственной власти субъектов Российской Федерации, других государственных органов с общественными объединениями, международными организациями и гражданами в целях обеспечения безопасности туристской индустрии?
- Что включают в себя стратегические национальные приоритеты Российской Федерации в сфере туризма?
- Назовите целевые ориентиры, показатели и критерии безопасности туризма.
- Приведите классификацию мер обеспечения безопасности туристов
- Что включает в себя личная безопасность
- Кто наделен функцией обеспечения безопасности пребывания иностранных граждан на территории Российской Федерации
- Что подразумевает термин «Право потребителя (туриста) на информацию»
- Какие международные организации осуществляют деятельность в сфере
- обеспечения безопасности туризма?
- Кто осуществляет координацию деятельности авиаперевозчиков на
- международном уровне?
- Как определено понятие «безопасность туризма» в законодательстве?

- Каким образом осуществляется информирование об угрозе безопасности в стране (месте) временного пребывания за рубежом?
- Классификация существующих опасностей.
- Риск как мера опасности. Классификация туристских рисков.
- Туристские риски в социально-политической среде.
- Поведенческие риски туристов.
- Природные катастрофы и стихийные бедствия.
- Климатические и погодные риски.
- Нерациональное питание и нарушение правил личной гигиены.
- Макробиотические факторы риска.
- Продуктовые риски.
- Экологические риски.
- Международный опыт разработки системы и мер безопасности в туризме.
- Национальный уровень безопасности.
- Правовое регулирование безопасности туризма в Российской Федерации.
- Общие проблемы безопасности туристских центров.
- Защита туристов правоохранительными органами.
- Организация медицинского обслуживания туристов.
- Планирование непредвиденных обстоятельств (природных катастроф, других чрезвычайных ситуаций).
- Проблемы общения и поведения туристов.
- Создание местных систем безопасности туризма.
- Безопасность на транспорте.
- Безопасность средств размещения.
- Безопасность предприятий питания.
- Безопасность деятельности туроператоров и турагентов.
- Безопасность предприятий досуга.
- Источники информации для обеспечения безопасности путешествий.
- Технические средства личной защиты.

7.2.3 Тестовые задания

Выберите, пожалуйста, один или несколько из предложенных вариантов, являющихся правильными

1. Состояние объекта, в котором он либо не подвергается негативному воздействию, либо успешно противостоит такому воздействию, продолжая нормально функционировать, - это:

а) защищенность,

б) безопасность,
в) изоляция.

2. Правовой режим временного государственного управления на определенной территории или в отдельных местностях, вводимый в соответствии с законодательством Российской Федерации «...в целях обеспечения безопасности населения» - это:

а) военное положение,
б) безопасное положение,
в) чрезвычайное положение.

3. Нарушения общественного порядка на определенной территории, носящие массовый характер, представляющие угрозу жизни и здоровью людей, дезорганизующие работу предприятий, учреждений и организаций либо направленные на разрушение или уничтожение государственного и личного имущества граждан, - это:

а) чрезвычайная ситуация,
б) массовые беспорядки,
в) терроризм.

4. Обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей, - это:

а) катастрофа,
б) чрезвычайная ситуация,
в) трагедия.

5. Риски предприятий туристской сферы подразделяются на (3 правильных ответа):

а) финансовые,
б) экономические,
в) функциональные,
г) производственные,
д) прочие.

6. В какой декларации в 1980 г. Было сказано, что «туристы обладают основным правом человека на путешествия в безопасности»?

а) Гаагской декларации по мировому туризму,
б) Манилъской декларации по мировому туризму,
в) Эстерсундской декларации по безопасности туризма и уменьшению риска при путешествиях.

7. Какими статьями ФЗ «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации» регламентирована безопасность туризма в РФ (4 правильных ответа)?

а) 12,
б) 13,
в) 14,

г) 15,
д)16,
е) 17,
ж) 18,
з) 19.

8. Является ли процедура сертификации для турфирм обязательной?

а) да,
б) нет.

9. Должно ли государство (РФ) принимать меры по защите интересов туристов, находящихся за пределами РФ?

а) да,
б) нет.

10. Безопасность туризма - это:

а) это положение, при котором кому-либо или чему-либо не угрожает опасность;
б) безопасность туристов (экскурсантов), сохранность их имущества, а также ненанесение при совершении путешествий ущерба окружающей среде, материальным и духовным ценностям общества, безопасности государства;
в) состояние объекта, в котором он либо не подвергается негативному воздействию, либо успешно противостоит такому воздействию, продолжая нормально функционировать.

7.2.4 Практико-ориентированное задание

Задание 1. Раскрыть общие требования безопасности. Составить сравнительный анализ особенностей безопасности в пустыне и джунглях.
Задание 2. Понятие, содержание и виды режимов обеспечения безопасности туризма. Меры обеспечения безопасности туризма.
Задание 3. Раскрыть правила безопасности туристов, выезжающих за рубеж, на примере Европы, Египта.
Задание 4. Расписать правила безопасности при наводнении и землетрясении.
Задание 5. Раскрыть правила безопасности во время селевой и лавинной угрозы.

7.2.5 Творческое задание в виде эссе

«Основы поведения и выживания в пустыне, море, горах, лесу....»

«Составить правила безопасности для туриста, выезжающего за рубеж (по туристскому макрорегиону по выбору):

- название тура
- цель путешествия

- краткая характеристика места пребывания (страна, город).
- исторические и культурные особенности.
- информация о принятых нормах поведения
- информация об уровне цен в сферах питания и транспорта.
- таможенные правила страны пребывания.
- медицинское страхование.
- факторы риска для жизни и здоровья туриста: травмоопасность; воздействие окружающей среды; погодные особенности района для данного времени года; пожаробезопасность; биологические факторы; опасные излучения; психофизиологические факторы риска; специфические факторы риска
- меры по обеспечению сохранности имущества туриста»

8. Перечень основной и дополнительной литературы

1. Айзман, Р. И. Безопасность жизнедеятельности для специальности Гостиничный сервис : учебное пособие / Р. И. Айзман, Н. С. Шуленина. — Москва : КноРус, 2026. — 191 с. — ISBN 978-5-406-15601-8. — URL: https://book.ru/book/960633

2. Экономическая безопасность региона : монография / Ю. В. Лысенко, М. В. Лысенко, Н. В. Лысенко [и др.]. — Москва : Русайнс, 2026. — 86 с. — ISBN 978-5-466-11500-0. — URL: https://book.ru/book/963027

3. Афанасьева, А. В. География туризма : учебник / А. В. Афанасьева. — Москва : КноРус, 2023. — 346 с. — ISBN 978-5-406-11476-6. — URL: https://book.ru/book/949421

4. Никитин, А. В. Новые вызовы и угрозы безопасности РФ в условиях глобальных и локальных трансформаций : монография / А. В. Никитин, С. В. Устинкин, С. В. Никитин, ; под общ. ред. С. В. Устинкина, А. В. Никитина. — Москва : Русайнс, 2023. — 387 с. — ISBN 978-5-466-02677-1. — URL: https://book.ru/book/948769

5. Методологические, организационные и правовые аспекты обеспечения безопасности туризма : монография / Н. П. Манько, А. С. Соколов, Т. В. Рассохина [и др.]. — Москва : Русайнс, 2019. — 206 с. — ISBN 978-5-4365-3318-6. — URL: https://book.ru/book/932092

6. Грищенко, Л. Л. Обеспечение безопасности человека, общества и государства в современном мире : монография / Л. Л. Грищенко, В. В.

Грищенко, Ю. Л. Корабельникова. — Москва : Русайнс, 2022. — 324 с. — ISBN 978-5-466-02545-3. — URL: https://book.ru/book/947801

7. Переосмысление туризма в новых реалиях: вызовы и приоритеты : монография / Е. А. Фролова, Е. А. Нацыпаева, Е. В. Иванова [и др.] ; под ред. О. В. Королевой, Т. В. Темяковой. — Москва : Русайнс, 2026. — 201 с. — ISBN 978-5-466-11504-8. — URL: https://book.ru/book/963265

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: https://elibrary.ru
2. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru
3. ЭБС «Университетская Библиотека Онлайн» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://biblioclub.ru
4. Издательство учебной литературы «КНОРУС»: [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: https://knorus.ru
5. Электронно-библиотечная система «BOOK.ru» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.book.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Федеральные порталы, образовательные ресурсы:

1. PROHotel. Портал про гостиничный бизнес. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://prohotel.ru
2. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам». [Электронный ресурс]: – Режим доступа: http://window.edu.ru
3. Национальный туристический портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://russia.travel
4. Федеральное агентство по туризму Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.russiatourism.ru
5. Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://www.edu.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света – справочный и познавательный интерактивный ресурс

[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru

2. Кругосвет – интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.krugosvet.ru

3. Справочник по туризму. Словарь от А до Я [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://spravochnick.ru/turizm

4. Туристический словарь путешественников и энциклопедия курортов мира [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://diclist.ru/slovar/kurortov.html

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.consultant.ru

2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. – Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.rsl.ru

2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.library.ru

3. Российская национальная библиотека[Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nlr.ru

4. Все о туризме – современная туристская библиотека. – режим доступа: http//tourlib.net

Федерации, ассоциации и союзы:

1. Альянс туристических агентств (АТА). [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://atarussia.ru

2. Ассоциации содействия туристским технологиям. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.astt.ru

3. Ассоциация «Объединение туроператоров в сфере выездного туризма “ТУРПОМОЩЬ”». [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://tourpom.ru

4. Ассоциация туроператоров России (АТОР). [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.atorus.ru

5. Ассоциация экономического взаимодействия субъектов РФ «Союз развития туризма в РФ». [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://srtrf.ru

6. Всемирная туристская организация (UNWTO). [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.unwto.org

7. Общенациональный союз индустрии гостеприимства (ОСИГ). [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.cros.ru

8. Российский союз туриндустрии (РСТ). [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://rostourunion.ru

Периодические издания:

1. Вестник Ассоциации вузов туризма и сервиса. Публикует статьи в области туризма. http://vestnik-rusjournal.ru
2. Вестник Национальной академии туризма. Публикует статьи в области экономики туризма, культурного туризма, туристско-экскурсионного обслуживания. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nat-moo.ru
3. Отдых в России. Журнал о внутреннем и въездном туризме. http://www.rustur.ru
4. Сервис plus. Публикует научные и учебно-методические статьи в области сервиса и высшей школы. https://elibrary.ru/item.asp?id=22561360
5. Сервис в России и за рубежом. Электронное периодическое издание. https://www.elibrary.ru/title_about_new.asp?id=26230
6. Современные проблемы сервиса и туризма. Научно-практическое издание по вопросам стратегического управления в сфере туризма, обобщающее передовой опыт и раскрывающее региональные аспекты развития туристской сферыhttp://elibrary.ru/title_about.asp?id=26229
7. Турбизнес. Журнал для специалистов туристической отрасли. http://tourbus.ru
8. Туризм: право и экономика. Правовое регулирование туризма в России, экономика туризма, оказание туристических услуг. Государство и туризм. Туризм в странах СНГ: состояние и перспективы. Правовое регулирование туристической деятельности. Корпоративный бизнес. Образование в туризме https://elibrary.ru/title_about_new.asp?id=10474

Зарубежные периодические издания:

1. Forbes Travel. Топ-информация о туристическом мире. https://www.forbestravelguide.com
2. Journal of Travel Research. Журнал туристских исследований http://jtr.sagepub.com

Journal of Vacation Marketing. Международный журнал об индустрии туризма и гостеприимства https://elibrary.ru/title_about_ new.asp?id=10474

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной

программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

● необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;

● записывать удобнее на одной стороне листа;

● записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;

● следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;

● на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.

2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.

3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.

4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.

5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.

6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления *7 – 10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат завершается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу

Рекомендации студентам по подготовке презентаций

Чтобы презентация хорошо воспринималась слушателями и не вызывала отрицательных эмоций (подсознательных или вполне осознанных), необходимо соблюдать правила ее оформления.

1. Опустите ненужные частности на слайде презентации

- Уменьшите количество слов на слайде.
- Опустите все ссылки на источники и примечания.

2. Увеличьте размер шрифта

На слайдах, предназначенных для того, чтобы раздать собравшимся, размер шрифта должен быть 10, а для демонстрации – не менее 18.

3.Увеличьте графические изображения

Убедитесь, что каждый графический элемент хорошо виден с задних рядов аудитории.

4.Измените цвет фона и текста

- На слайдах, предназначенных для демонстрации, пишите текст светлым шрифтом по темному фону.
- На слайдах, которые будете раздавать слушателям, пишите текст темным шрифтом по светлому фону.

5. Ограничьте цветовую палитру минимальным набором цветов

Во время всей презентации используйте не более трех-четырех цветов.

6. Используйте «Маркеры абзаца»

- Начинайте все абзацы одинаково (например, с глагола в одном и том же времени).
- Следите за тем, чтобы каждый абзац выражал законченную мысль. Не пользуйтесь слайдами, на которых есть лишь список слов (например, план, внедрение, оценка).

7. Используйте таблицы

- Таблицы должны быть простыми и краткими. Приводите в них только существенную информацию. Ограничьте их размер до одной страницы.
- Упорядочьте их по столбцам, а не строкам: в столбцах удобнее читать.

8. Используйте рисунки (картинки)

- Старайтесь не пользоваться стандартными средствами для вставки готовых фрагментов Microsoftclipart.
- Убедитесь, что картинки выдержаны в тоне презентации (например, не используйте формат комиксов на серьезной презентации).
- Желательно избегать в презентации рисунков, не несущих смысловой нагрузки.

9. Используйте видеоматериалы

- Вставка видеозарисовок по ходу презентации помогает разнообразить встречу и способствует концентрации внимания слушателей.
- Анимационные эффекты используются для привлечения внимания слушателей или для демонстрации динамики развития какого-либо процесса.

10. Используйте графики

- Не включайте в презентацию графики только ради того, чтобы они у вас были, поскольку неуместное использование графиков никак не улучшает презентацию.
- Используйте типы графиков, которые лучше всего иллюстрируют идею, которую вы стараетесь донести.

- Рисуйте простые графики; каждый график должен иллюстрировать одну мысль.
- Назовите каждый график так, чтобы название было содержательным.
- Используйте цвета для того, чтобы выделить какие-то моменты, а не сделать график симпатичным.
- Укажите единицы измерения (речь идет о десятках, тысячах или миллионах?).
- Не загружайте слайд ненужными примечаниями.
- Цвет графических изображений не должен резко контрастировать с общим стилевым оформлением слайда;
- Если графическое изображение используется в качестве фона, то текст на этом фоне должен быть хорошо читаем.

11. Используйте звуковое оформление

- Звуковое сопровождение должно отражать суть или подчеркивать особенность темы слайда, презентации;
- Необходимо выбрать оптимальную громкость, чтобы звук был слышен всем слушателям, но не был оглушительным;
- Если это фоновая музыка, то она должна не отвлекать внимание слушателей и не заглушать слова докладчика.

12. Правильно применяйте цифровые данные

- Проследите за тем, чтобы группы данных были дискретными (например, 1-10, 11-20, а не 1-10, 10-20).
- Данные необходимо подобрать так, чтобы их было удобно читать (например, упорядочить их по возрастанию или убыванию).
- Внизу под графиком укажите количество использованных в нем точек данных (например, п = 10).
- Ограничьте количество групп данных до шести. (Выберите пять самых важных групп)

13. Используйте единое стилевое оформление

- Стиль может включать: определенный шрифт (гарнитура и цвет), цвет фона или фоновый рисунок, декоративный элемент небольшого размера и др.;
- Не рекомендуется использовать в стилевом оформлении презентации более 3 цветов и более 3 типов шрифта;
- Оформление слайда не должно отвлекать внимание слушателей от его содержательной части;
- Все слайды презентации должны быть выдержаны в одном стиле.

14. Правильно применяйте текстовую информацию

- Для основного текста на слайдах не рекомендуется использовать прописные буквы.

- Шрифтовой контраст можно создать посредством: размера шрифта, толщины шрифта, начертания, формы, направления и цвета.
- Размер шрифта: 24–54 пункта (заголовок), 18–36 пунктов (обычный текст);
- Цвет шрифта и цвет фона должны контрастировать (текст должен хорошо читаться), но не резать глаза;
- Тип шрифта: для основного текста используйте гладкий шрифт без засечек (Arial, Tahoma, Verdana), для заголовка можно использовать декоративный шрифт, если он хорошо читаем;
- Курсив, подчеркивание, жирный шрифт, прописные буквы рекомендуется использовать только для смыслового выделения фрагмента текста;
- Шрифты с засечками (TimesNewRoman) читаются легче, чем гротески (шрифты без засечек).

15. Правильно выбирайте цветовую гамму

- Цветовая гамма должна состоять не более чем из двух-трех цветов.
- Существуют не сочетаемые комбинации цветов.
- Черный цвет имеет негативный (мрачный) подтекст.
- Белый текст на черном фоне читается плохо (инверсия плохо читается).

16. Правильно располагайте информационные блоки на слайде

- Информационных блоков не должно быть слишком много (3-6);
- Рекомендуемый размер одного информационного блока — не более 1/2 размера слайда;
- Желательно присутствие на странице блоков с разнотипной информацией (текст, графики, диаграммы, таблицы, рисунки), дополняющей друг друга;
- Ключевые слова в информационном блоке необходимо выделить;
- Информационные блоки лучше располагать горизонтально, связанные по смыслу блоки – слева направо;
- Наиболее важную информацию следует поместить в центр слайда;

17. Соблюдайте правила общей композиции

- На полосе не должно быть больше семи значимых объектов, так как человек не в состоянии запомнить за один раз более семи пунктов.
- Логотип на полосе должен располагаться справа внизу (слева наверху и т. д.).
- Логотип должен быть простой и лаконичной формы.
- Дизайн должен быть простым, а текст – коротким.

- Изображения домашних животных, детей, женщин и т.д. являются положительными образами.
- Крупные объекты в составе любой композиции смотрятся довольно неважно. Аршинные буквы в заголовках, кнопки навигации высотой в 40 пикселей, разделитель одного цвета, растянутый на весь экран — все это придает дизайну непрофессиональный вид.

Выполняя вышеизложенные правила, не стоит забывать, что на каждое подобное утверждение есть сотни примеров, доказывающих обратное. Поэтому приведенные утверждения нельзя назвать общими и универсальными правилами дизайна, они верны лишь в определенных случаях.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения лекционных и семинарских занятий должны быть оснащены специализированной мебелью.

1. Необходимые технические средства обучения:
   - мультимедийная приставка к ПК;
   - слайдпроектор;
   - переносной экран.
3. Библиотечный фонд литературы.

Материально-техническое обеспечение дисциплины

Аудиторный фонд

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1

		обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров от 27.09.21 до 04.11.22 E0443762-A37B-4211-8C65-909927E56600

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса

3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра БИОЛОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«25» мая 2026 г.
протокол № 11
Заведующая кафедрой Т.М.Брук

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«26» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ФИЗИОЛОГИЯ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): Спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная
Курс – 2,3,4
Семестр – 4,5,6,7,8
Итоговая форма контроля:
контрольная работа – 5,7 семестр
экзамен – 5 и 8 семестр

Рабочую программу разработали:
Литвин Ф.Б., д.б.н, профессор
Осипова Н.В., к.б.н., доцент

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

		Стр.
1.	Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта …….	3
2.	Результаты обучения по дисциплине …….	4
3.	Место дисциплины в структуре ОПОП ……	6
4.	Объем дисциплины и виды учебной работы …….	6
5.	Содержание дисциплины …….	6
	5.1. Количество часов по видам занятий …….	6
	5.2. Содержание дисциплины по видам занятий ……	9
	5.2.1. Содержание лекционных занятий……..	9
	5.2.2. Содержание практических занятий….....	21
6.	Самостоятельная работа студентов ……	36
7.	Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации …….	46
	7.1. Этапы формирования компетенций …….	46
	7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы……..……..	50
	7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля...	50
	7.2.2. Тестовые задания …….	50
	7.2.3. Вопросы к зачету и экзамену……..	62
8.	Перечень основной и дополнительной литературы …….	67
9.	Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины ……..…	68
10.	Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины …….	69
11.	Материально-техническое обеспечение дисциплины ……..	82

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта ВО

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования 3++ по направлению подготовки 49.03.03«Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 943

Область профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации (п. 1.11.).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники могут готовиться к решению задач профессиональной деятельности следующих типов (п. 1.12):

тренерские;
педагогические;
рекреационно-оздоровительные;
организационно-методические;
организационно-управленческие;
научно-исследовательские.

В результате освоения программы бакалавриата у выпускника должны быть сформированы компетенции:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.

ОПК - 9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.

ПК-3. Способен осуществлять учебно-тренировочный процесс на различных этапах подготовки.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины «Физиология» направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

Результаты обучения по дисциплине:	**Профессиональный стандарт и код трудовой функции**	**Формируемые компетенции**
Знать:		
– физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте	Тренер А/01.5 Тренер А/02.5 Тренер С/02.5	ОПК-1 ПК-3
– основные физиологические закономерности функционирования органов и систем организма в процессе мышечной деятельности, в предстартовом состоянии и в восстановительном периоде	Тренер А/03.5 Тренер В/02.5 Тренер С/04.5 Тренер Е/01.6 Тренер D/02.6 Тренер F/01.6	ОПК-1
– влияние нагрузок различной направленности и мощности на организм занимающихся физической культурой и спортом, а также физиологические закономерности процессов восстановления	Тренер А/03.5 Тренер Е/01.6 Тренер Е/03.6	ОПК-1 ОПК-9
- теоретические основы физиологических методов тестирования	Тренер В/04.5 Тренер С/04.5 Тренер D/04.6 Т-П А/01.6 Т-П А/09.6	ПК-3 УК-7
- физиологические критерии спортивного отбора	Тренер С/01.5 Тренер D/01.6 ПДО А/01.6	ОПК-1 ОПК-9

	ИМ С/02.5 ИМ Е/02.6 Т-П А/02.6	
Уметь:		
- пользоваться измерительным оборудованием для проведения физиологического тестирования	Тренер А/03.5; Тренер В/04.5; Тренер С/04.5; Тренер D/04.6; Тренер Е/03.6 Т-П А/01.6 Т-П А/09.6	ОПК-9
- подбирать и проводить физиологические тесты с целью определения перспективности спортсмена	Тренер С/03.5; Тренер Е/02.6; ПДО С/03.6 ПДО А/04.6 ИМ С/06.5 ИМ D/02.6 Т-П А/02.6	ОПК-9
Иметь опыт:		
– анализа и систематизации данных физиологического тестирования в динамике	ТренерD/04.6 Тренер Е/03.6 ПДО С/03.6 ПДО А/04.6 ИМ С/06.5 Т-П А/01.6 Т-П А/09.6	ОПК-1 ОПК-9 ПК-3
– проведения мероприятий по отбору перспективных занимающихся для обучения по дополнительным образовательным программам в области физической культуры и спорта	Тренер С/03.5 Тренер Е/02.6 ИМ С/02.5 ИМ Е/02.6 Т-П А/02.6	ОПК-1 ОПК-9
- дозирования и регулирования физических нагрузок	ИМ В/03.5	УК-7 ОПК-9

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Физиология» относится к обязательной части Блока 1 дисциплин основной образовательной программы (Б1.О.15). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2, 3 и 4 курсах в 4, 5, 6, 7 и 8 семестрах, по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля): контрольная работа – 5 и 7 семестры, экзамен – 5 семестр.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: «Анатомия», «Биохимия», «Педагогика», «Психология», «Биологические основы ФК».

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Физиология человека» имеет трудоемкость, равную 7 зачетным единицам (252 часа).

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры			
			4	5	6	7
Контактная работа преподавателей с обучающимися		48	12	12	10	14
Лекции		26	8	8	6	6
Семинары						
Лабораторные работы		20	4	4	4	8
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)		18		9		9
Самостоятельная работа		**186**	60	51	62	13
Общая трудоемкость	**часы**	**252**				
	ЗЕ	**7**				

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ				
		Лекции	Семинары	Практ. занятия	Лаборат. работы	Самост. работа
1	2	3	4	5	6	7
I раздел «Общая физиология», 4 зачетные единицы						
1.Введение. Физиология	11	2^5			1	8

возбудимых тканей						
2. Биоэлектрические явления в тканях.	9				1	8
3. Физиология нервно-мышечного аппарата	10	2^5				8
4. Физиология нервной системы	12	2^5			2^3	8
5. Высшая нервная деятельность	10	2^5				8
6. Физиология сенсорных систем	8					8
7. Физиология крови	12	2^5			2^3	8
8.Физиология кровообращения	12	2^5			2^4	8
9. Физиология дыхания	10	2^5				8
10. Физиология пищеварения	10	2^5				8
11. Обмен веществ и энергии	8					8
12.Общая характеристика выделительных процессов	7					7
13.Тепловой обмен	8					8
14. Физиология желез внутренней секреции	8					8
Экзамен (9 часов)						
Всего (включая экзамен)	144	16			8	111
II раздел «Спортивная физиология», 3 зачетные единицы						
15. Общая характеристика спортивной физиологии.	6					6
16.Физиологические основы классификации и характеристики спортивных упражнений.	11	2^5			2^3	7
17.Физиологическая характеристика состояний организма	11	2^5			2^2	7

при спортивной деятельности.						
18.Физиологические основы двигательных навыков.	8	2^5				6
19.Физиологические механизмы развития физических качеств.	11	2^5			2^3	7
20.Физиологические механизмы адаптации организма в процессе спортивной тренировки.	8	2^5				6
21. Физиологические основы спортивной тренировки.	10	2^5			2^4	6
22.Физиологические основы оздоровительной тренировки.	8				2	6
23.Спортивная работоспособность в особых условиях внешней среды.	6					6
24.Физиологические основы тренировки, спортивной ориентации и отбора юных спортсменов.	8				2^4	6
25.Физиологическая характеристика урока физической культуры в школе	6					6
26.Физиологические основы спортивной тренировки женщин.	6					6
Экзамен (9 часов)						
Всего (включая экзамен)	108	12			12	75
Итого	**252**	**28**			**20**	**186**

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, составляет 54%. Примеры интерактивных форм и методов проведения занятий:

- [1]технология case-study – на занятиях решаются конкретные ситуационные задачи (кейсы). При этом формируются творческие стимулы, новые навыки общения, умения формулировать вопрос, аргументировать ответ;
- [2]проблемное обучение, при котором преподавателем создаются проблемные ситуации (нетиповые физиологические задачи), для решения которых студенты занимаются самостоятельной поисковой деятельностью с усвоением готовых выводов науки;
- [3]круглый стол – проводится с целью выработки общего мнения, позиции участников по обсуждаемой проблеме;
- [4]учебные групповые дискуссии. Ее целью является процесс поиска, который должен привести к объективно известному, но субъективно, с точки зрения обучающихся, новому знанию. Причем этот поиск должен закономерно вести к запланированному педагогом заданию;
- [5]мультимедиа-презентация лекций по основополагающим темам физиологии человека.

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (28 часов)

1. **Физиологические характеристики возбудимых тканей.** (2 час). (Презентация лекции по данной теме).

План:

1. Предмет физиологии, методы исследования.
2. Основные функциональные характеристики возбудимых тканей. Классификация раздражителей.
3. Законы раздражения возбудимых тканей.

Физиология как наука о жизнедеятельности организма. Связь физиологии с другими дисциплинами. Основные разделы физиологии: общая физиология, частная физиология, физиология спорта и др.

Предмет, задачи и методы физиологии. Место физиологии в системе подготовки специалистов в области физической культуры и спорта. Содержание физиологии и связь с другими науками. Методы физиологических исследований.

Раздражители. Виды раздражителей. Понятие о возбудимых тканях. Основные свойства возбудимых тканей. Законы раздражения. Характеристика понятий реобаза и хронаксия.

Литература: основная 1, 2; дополнительная 1, 3, 7

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** основных физиологических функций органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;

умений решать теоретические и практические задачи по физиологии человека;

опыта владения методами теоретического и экспериментального исследования в физиологии.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций (ОПК-1).

2. **Физиология скелетных мышц.** (2 час) (Презентация лекции по данной теме).

План:

1. Понятие о двигательном аппарате человека.
2. Строение нервно-мышечного волокна.
3. Механизм и энергетика мышечного сокращения.
4. Одиночное и тетаническое сокращение мышечного волокна. Сокращение целой мышцы.

Понятие о нервно-мышечном аппарате. Мышечные волокна, их типы (медленные и быстрые). Механизм сокращения и расслабления мышечного волокна.

Одиночный и тетанический режимы мышечного сокращения. Изометрический, изотонический и ауксотонический режимы сокращения. Статический и динамический типы работы мышц. Концентрическая и эксцентрическая формы динамической работы. Исходная длина и величина напряжения, развиваемого скелетной мышцей. Зависимость между силой и скоростью сокращения мышцы.

Влияние частоты нервных импульсов на форму механической реакции мышечного волокна. Сокращение целой мышцы. Одиночное и тетаническое сокращения мышц. Полный (гладкий) и неполный (зубчатый) тетанус.

Литература: основная 1, 2; дополнительная 1, 3, 6

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** основных физиологических закономерностей функционирования органов и систем организма в процессе мышечной деятельности;

умений пользоваться измерительным оборудованием для проведения физиологического тестирования;

опыта владения методами анализа и систематизации данных физиологического тестирования.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных (ОПК-12) и профессиональных (ПК - 7) компетенций.

3. **Физиологические особенности нервной системы** (2 час) (Мультимедиа-презентация лекции по данной теме).

План:

1. Функциональная организация нервной системы. Основные функции ЦНС.
2. Нейрон, его морфофункциональные особенности. Основные функции нейронов. Типы нейронов.
3. Строение синапса. Передача возбуждения в нервно-мышечном

синапсе.

4. Рефлекторный характер деятельности ЦНС. Рефлекс и рефлекторная дуга. Виды рефлексов.

5. Понятие о нервном центре. Свойства нервных центров.

Значение и общие функции ЦНС. Периферическая нервная система. Функциональная организация ЦНС и ее развитие в процессе эволюции и онтогенеза. Рефлекторный механизм деятельности ЦНС - рефлекс, рефлекторная дуга, обратная связь (рефлекторное кольцо).

Нейрон как структурная и функциональная единица нервной системы. Общая характеристика функций нейронов (восприятие, переработка и передача информации). Разновидности нейронов - афферентные, промежуточные и эфферентные.

Строение и свойства синапса. Передача возбуждения в нервно-мышечном синапсе.

Понятие о нервном центре. Особенности проведения возбуждения через нервные центры. Свойства нервных центров.

Литература: основная 1, 2; дополнительная 1, 2, 7

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** функциональной организации нервной системы;

умений пользоваться измерительным оборудованием для проведения физиологического тестирования;

опыта владения методами анализа и систематизации данных физиологического тестирования.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных (ОПК-12) и профессиональных (ПК - 7) компетенций.

4. **Физиология высшей нервной деятельности** (2 час) (Мультимедиа-презентация лекции по данной теме).

План:

1. Понятие о ВНД. Принципы рефлекторной теории И.П. Павлова.
2. Условно-рефлекторная деятельность. Отличие условных рефлексов от безусловных.
3. Условия, фазы и механизмы образования условных рефлексов.
4. Динамический стереотип нервной деятельности.
5. Учение И.П. Павлова о типах нервной системы. Типы ВНД.
6. Особенности ВНД человека. Первая и вторая сигнальные системы.

Определение понятия ВНД. Роль И. М. Сеченова в формировании материалистических представлений о природе произвольных движений и психики. Учение И. П. Павлова об условных рефлексах как основе ВНД. Механизмы и условия образования условных рефлексов.

Характеристика условных рефлексов, их отличие от безусловных, приспособительное значение, условные рефлексы высших порядков. Динамический стереотип, обучение, поведение как формы приспособления к

окружающей среде. Функциональная организация сложных форм деятельности человека. Понятие о функциональной системе (П. К. Анохин) как принципе работы мозга.

Типы ВНД. Первая и вторая сигнальные системы.

Литература: основная 1, 2; дополнительная 2, 3, 6

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** физиологические функции основных органов и систем человека;

умений решать теоретические и практические задачи по физиологии;

опыта владения методами теоретического и экспериментального исследования в физиологии.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций (ОПК-1).

5. **Физиология крови** (2 час) (Мультимедиа-презентация лекции по данной теме).

План:

1. Жидкие среды организма. Кровь.
2. Состав, основные функции крови. Состав плазмы.
3. Форменные элементы крови.
4. Группы крови. Переливание крови.

Понятие о системе крови. Кроветворение. Состав и объем крови. Функции крови: транспортная, дыхательная, питательная, терморегулятора, поддержание водно-солевого баланса и кислотно-щелочного равновесия (КЩР), выделительная, защитная и регуляторная,

Форменные элементы крови: эритроциты, лейкоциты, тромбоциты и их значение. Лейкоцитарная формула. Физиологический лейкоцитоз. Физико-химические свойства плазмы крови: удельный вес, коллоидные и суспензионные свойства, вязкость. Группы крови. Свертывание крови. Нервная и гуморальная регуляция системы крови.

Литература: основная 1, 2 дополнительная 1, 3, 6

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** физиологические функции основных органов и систем человека;

умений решать теоретические и практические задачи по физиологии;

опыта владения методами теоретического и экспериментального исследования в физиологии.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных (ОПК-12) и профессиональных (ПК - 7) компетенций.

6. **Физиология кровообращения** (2 час) (Мультимедиа-презентация лекции по данной теме).

План:

1. Система кровообращения. Значение кровообращения.

2. Сердце. Физиологические свойства сердечной мышцы.

3. Сердечный цикл, его фазовая структура.

4. Основные показатели работы сердца.

Значение кровообращения. Функциональная организация сердечно - сосудистой системы.

Сердце. Функциональные особенности сердечной мышцы. Автоматия и проводящая система сердца. Электрические явления в сердце.

Систолический (СОК), минутный (МОК) объемы крови. Объем циркулирующий и депонированный крови. Зависимость изменений СОК и МОК от мощности мышечной работы. Особенности изменений СОК и МОК при статической работе. Влияние на СОК и МОК положения тела в пространстве.

Гемодинамика. Биофизические основы гемодинамики. Артериальное давление (АД) и факторы, его определяющие, сосудистое сопротивление кровотоку, объемная и линейная скорости кровотока. Движение крови по венам. Физиологические и биофизические механизмы регуляции движения крови по сосудам. Механизмы местной нервной и гуморальной регуляции деятельности различных звеньев сердечно - сосудистой системы. Нейронная структура сосудодвигательного центра.

Основные показатели гемодинамики при мышечной работе. Рабочая гиперемия и ее механизмы. Факторы, определяющие величину кровоснабжения активных мышц.

Литература: основная 1, 2 дополнительная 1, 3, 6

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** физиологических функций основных органов и систем человека;

умений решать теоретические и практические задачи по физиологии;

опыта владения методами теоретического и экспериментального исследования в физиологии.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных (ОПК-12, ОПК-15) и профессиональных (ПК - 7) компетенций.

7. **Дыхательная система** (2 час) (Мультимедиа-презентация лекции по данной теме).

План:

1. Общая характеристика дыхательной функции. Основные этапы дыхания.

2. Внешнее дыхание.

3. Дыхательные объемы и емкости.

4. Газообмен в легких и тканях.

Дыхание и его функции. Этапы газообмена в организме. Механизм вдоха и выдоха. Легочные объемы и емкости. Должные и фактические величины. Легочная вентиляция и ее компоненты в условиях покоя и при мышечной работе у людей различного уровня физической подготовленности. Функциональное “мертвое” пространство. Альвеолярная вентиляция.

Биомеханика дыхания. Кислородная стоимость (работа) дыхания. Обмен и транспорт газов в организме. Газовый состав атмосферного, альвеолярного и выдыхаемого воздуха. Величины парциального давления газов в легких и напряжения газов в артериальной, венозной крови и тканях. Диффузия как механизм объема газов в легких и тканях. Диффузионная способность легких для кислорода и углекислого газа. Транспорт кислорода кровью. Кислородная емкость крови. Оксигемоглобин и факторы, определяющие скорость его диссоциации. Понятие о сдвиге кривой диссоциации гемоглобина вправо.

Регуляция дыхания. Понятие о газовом гомеостазе организма. Типы регуляции дыхания. Дыхательный центр и его отделы. Нейронная структура дыхательного центра. Регуляция деятельности дыхательного центра. Функция артериальных и медуллярных хеморецепторов. Роль коры больших полушарий в регуляции дыхания.

Литература: основная 1, 2 дополнительная 1, 3, 6

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** физиологических функций основных органов и систем человека;

умений решать теоретические и практические задачи по физиологии;

опыта владения методами теоретического и экспериментального исследования в физиологии.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных (ОПК-12, ОПК-15) и профессиональных (ПК - 7) компетенций.

8. **Физиология пищеварения** (2 час) (Презентация лекции по данной теме).

План:

1. Общая характеристика пищеварительных процессов. Функции ЖКТ.
2. Пищеварение в различных отделах ЖКТ (полости рта, желудке, 12-ти перстной кишке, тонком и толстом кишечнике).
3. Функции печени. Роль печени в пищеварении. Свойства и функции желчи.
4. Всасывание продуктов пищеварительной системы.
5. Влияние мышечной работы на пищеварение.

Общая характеристика пищеварительных процессов. Работы И. П. Павлова и его школы в исследовании физиологии пищеварения. Пищеварение в различных отделах пищеварительного тракта: в полости рта, желудка, 12 - перстной кишке, тонком и толстом кишечнике. Представления о полостном и пристеночном пищеварении.

Секреторная, кислотообразующая и моторная функции желудочно-кишечного тракта (ЖКТ). Гормональная функция ЖКТ. Роль поджелудочной железы и печени в пищеварении. Всасывание продуктов переваривания пищи. Регуляция пищеварения. Влияние мышечной деятельности на пищеварение.

Литература: основная 1, 3, 4 дополнительная 1, 3, 6

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** физиологических функций основных органов и систем человека;

уменийрешать теоретические и практические задачи по физиологии, пользоваться оборудованием для исследований;

опыта владения методами теоретического и экспериментального исследования в физиологии.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций (ОПК-1).

9. **Классификация спортивных движений и упражнений** (2 часа). (Мультимедиа-презентация лекции по данной теме).

План:

1. Классификация спортивных движений и упражнений:
по биомеханической структуре,
2. по характеру реагирования на условия деятельности,
3. по проявлению физических качеств,
4. по режиму деятельности скелетных мышц,
5. по уровню энергозатрат,
6. по характеру распределения усилий,
7. по сложности координации,
8. по объему занятых в движении мышц.

Классификация спортивных движений и упражнений: по биомеханической структуре, характеру реагирования на условия деятельности, проявлению физических качеств, режиму деятельности скелетных мышц, мощности нагрузки, преобладающим источникам энергии, уровню энергозатрат, характеру распределения усилий, сложности координации, объему занятых в движении мышц. Характеристика циклических движений различной относительной мощности: максимальной, субмаксимальной, большой, умеренной и переменной. Общая характеристика стереотипных ациклических движений.

Литература: основная 2, 4 дополнительная 3, 6, 8,10.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** о разновидностях физических упражнений, о физиологических особенностях циклических упражнений различной относительной мощности;

умений решать теоретические и практические задачи по спортивной физиологии;

опыта владения методами теоретического и экспериментального исследования в физиологии; основными методами исследований во время выполнения физических упражнений.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных (ОПК-1), профессиональных компетенций (ПК-7).

10. **Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности** (2 часа). (Мультимедиа-презентация лекции по данной теме).

План:

1. Физиологическая характеристика предстартовых состояний.
2. Физиологическая характеристика врабатывания.
3. Физиологическая характеристика разминки.
4. Физиологическая характеристика устойчивого состояния.
5. Физиологическая характеристика утомления.
6. Физиологическая характеристика восстановительных процессов.

Предстартовое состояние. Особенности физиологических функций. Физиологическое значение и механизмы предстартовых изменений. Разновидности предстартового состояния и способы управления.

Врабатывание. Физиологические закономерности и механизм врабатывания функций. Разминка как фактор оптимизации предстартовых реакций, ускорения врабатывания функций.

Разминка. Общая и специальная части разминки. Задачи, которые решаются в ходе разминки. Средства общей и специальной разминки. Факторы, влияющие на характер разминки.

Состояние устойчивой работоспособности. Истинное и ложное устойчивое состояние при циклических упражнениях разной мощности. Характеристика двигательных, вегетативных функций, энергетического обмена, гормональной активности, координации движений в фазе устойчивой работоспособности. Состояние оптимальной работоспособности при упражнениях переменной мощности, ациклической и других упражнениях.

Утомление. Определение и физиологическая сущность утомления. Утомление и работоспособность. Физиологические проявления и стадии развития утомления при физической работе. Понятие об основных факторах, лимитирующих работоспособность при упражнениях разного характера и мощности.

Восстановление. Восстановительные процессы перед работой, во время работы и после работы. Послерабочие изменения как отражение следовых процессов в тканях и нервной системе. Кислородный долг и его компоненты. Восстановление энергетических запасов в организме. Особенности восстановления функций: неравномерность, гетерохронность, фазность, избирательность, аэробный характер. Восстановительные процессы после тренировочных занятий и соревнований. Влияние тренировки на восстановительные процессы. Средства повышения эффективности процессов восстановления и отдыха.

Литература: основная 4; дополнительная 3, 10.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** о физиологических особенностях состояний при спортивной деятельности,

видах предстартовых состояний, разновидностях утомления, факторах, влияющих на скорость врабатывания, на течение процессов восстановления;

умений решать теоретические и практические задачи по спортивной физиологии;

опыта владения методами теоретического и экспериментального исследования в физиологии.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных (ОПК-1, ОПК-12, ОПК-15), профессиональных компетенций (ПК-7).

11. **Физиологические основы двигательных навыков** (2 часа). (Презентация лекции по данной теме).

План:

1. Физиологические механизмы управления произвольными движениями.
2. Динамический стереотип как физиологическая основа двигательного навыка.
3. Фазы формирования двигательного навыка.
4. Роль сенсорных систем, I и II сигнальных систем при формировании двигательного навыка.
5. Физиологической обоснование принципов обучения ДН.

Двигательные умения и навыки – основа спортивной техники. Рефлекторные механизмы управления движениями. Роль условнорефлекторных механизмов в образовании двигательных умений и навыков. Двигательный динамический стереотип как физиологическая основа двигательного навыка. Особенности системных механизмов управления движениями (П.К. Анохин). Роль афферентного синтеза, доминирующих мотиваций, памяти и эмоций и механизма экстраполяций. Фазы формирования двигательных навыков (генерализации, концентрации и стабилизации).

Литература: основная 2, 4; дополнительная 2, 3, 6, 10.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний**о механизмах управления движениями, физиологических особенностях формирования двигательного навыка;

умений решать теоретические и практические задачи по спортивной физиологии, пользоваться оборудованием для исследований;

опыта владения методами теоретического и экспериментального исследования в физиологии.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных (ОПК-1).

12. **Физиологические механизмы развития физических качеств** (2 часа). (Мультимедиа-презентация лекции по данной теме).

План:

1. Физиологические факторы, определяющие выносливость.
2. Аэробная работоспособность и выносливость.
3. Анаэробная работоспособность и выносливость.
4. Важнейшие системы организма и выносливость.
5. Физиологическое обоснование методов развития выносливости.
6. Физиологические факторы, определяющие силу мышц.
7. Физиологическое обоснование методов развития силы.
8. Физиологическая характеристика быстроты движений.
9. Физиологические факторы, определяющие скоростно-силовые качества (мощность).
10. Физиологические основы развития ловкости и гибкости.

Определение выносливости. Взаимосвязь выносливости, работоспособности и утомления. Специфичность выносливости. Виды выносливости: статическая, силовая, скоростная, выносливость к длительной работе. Анаэробная и аэробная производительность. Выносливость при локальной, региональной и глобальной работе.

Выносливость и кислородтранспортная система. Максимальное потребление кислорода (МПК) - как интегральный показатель аэробных возможностей человека. Абсолютные и относительные величины МПК у спортсменов различных специализаций. МПК как критерий уровня физического здоровья населения. Физиологические механизмы развития кислородтранспортной системы. Изменения в системе внешнего дыхания, в системе крови, в центральном и периферическом звеньях системы кровообращения, в системе микроциркуляции мышц.

Понятие о пороге анаэробного обмена (ПАНО) и использованного в тренированном процессе. Понятие об анаэробной емкости и эффективности.

Мышца как ведущее звено системы, утилизирующей кислород при работе. Кровоснабжение скелетных мышц и аэробная выносливость. Недостаточное кровоснабжение мышечных волокон - как фактор, лимитирующий работоспособность мышц при различных режимах сокращения. Композиция мышц и их аэробная выносливость. Физиологические основы тренировки периферических (мышечных) механизмов аэробной выносливости. Взаимосвязь генетических и средовых факторов в развитии периферических (мышечных) механизмов аэробной выносливости.

Физиологические факторы, определяющие развитие силы. Максимальная сила мышц. Максимальная произвольная сила (МПС) и физиологические факторы, ее определяющие. Понятие о силовом дефиците. Физиологические основы тренировки мышечной силы.

Физиологические механизмы развития быстроты. Значение скорости в осуществлении одиночных движений, двигательных реакций, поддержании высокого темпа движений.

Скоростно-силовые упражнения. Максимальная мощность как результат оптимального соотношения силового и скоростного компонентов

двигательного акта. Центральные и периферические факторы, определяющие скоростно-силовые характеристики движений. Физиологические основы развития (тренировки) скоростно-силовых качеств. Особенности скоростно-силовых качеств в разных видах спорта.

Ловкость как проявление координационных способностей нервной системы. Показатели ловкости. Значение сенсорных систем, основной и дополнительной информации о движениях. Моторная память. Координация и способность к мышечному расслаблению. Способность управлять пространственными и временными характеристиками движения. Особенности проявления ловкости в некоторых видах спорта. Координационные способности и утомление.

Литература: основная 2, 4; дополнительная 3, 6, 10.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** о физиологических факторах определяющих, выносливость, силу, быстроту; изменениях в организме, возникающих при тренировке того или иного физического качества; методах развития силы, выносливости;

умений решать теоретические и практические задачи по спортивной физиологии, пользоваться оборудованием для исследований;

опытавладения методами теоретического и экспериментального исследования в физиологии; основными методами исследований во время выполнения физических упражнений.

Изучение темы направлено на формирование универсальных компетенций (УК-7), общепрофессиональных (ОПК-1, ОПК-12), профессиональных компетенций (ПК-7).

13. **Физиологические механизмы адаптации организма в процессе спортивной тренировки** (2 часа). (Презентация лекции по данной теме).

План:

1. Понятие об адаптации, общем адаптационном синдроме.
2. Адаптация к физическим нагрузкам, стадии адаптации.
3. Дезадаптация организма к физическим нагрузкам.
4. Понятие о функциональных резервах организма и их классификация.

Понятие об адаптации к различным факторам окружающей среды. Виды адаптации. Индивидуальные типы адаптации. Долговременная адаптация и формирование системного структурного следа. Общий адаптационный синдром (Г. Селье). Понятие о дизадаптации, утрате адаптации и реадаптации, “цене” адаптации.

Механизмы адаптации к физическим нагрузкам. Динамика функций организма при адаптации, ее стадии. Понятие о функциональных резервах организма и их классификация. Срочная и долговременная адаптация к физическим нагрузкам, и мобилизация функциональных резервов организма.

Литература: основная 2, 4; дополнительная 3, 6, 10.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** процессах и стадиях и механизмах адаптации; общем адаптационном синдроме;

умений решать теоретические и практические задачи по спортивной физиологии; применять и трансформировать в соответствии с целями деятельности законы естественнонаучных дисциплин;

опытавладения методами теоретического и экспериментального исследования в физиологии.

Изучение темы направлено на формирование универсальных компетенций (УК-7), общепрофессиональных (ОПК-1).

14. **Физиологические основы спортивной тренировки** (2 часа). (Мультимедиа-презентация лекции по данной теме).

План:

1. Физиологическая характеристика тренировки.
2. Тренированность и ее показатели.
3. Функциональные эффекты спортивной тренировки.
4. Срочный, отставленный и кумулятивный эффекты тренировки.
5. Физиологическая характеристика периодизации спортивной тренировки.
6. Физиологическая и педагогическая классификация тренировочной нагрузки.
7. Факторы, влияющие на величину тренировочной нагрузки.
8. Физиологическое обоснование пороговых тренировочных нагрузок в спорте.

Спортивная тренировка как многолетний процесс адаптации организма к требованиям, предъявляемым избранным видом спорта. Тренируемость, ее генетические предпосылки. Показатели тренированности организма в покое, при стандартных и предельных нагрузках.

Функциональные эффекты тренировки (экономизации и максимизации работы систем организма,повышение устойчивости организма и систем к неблагоприятным изменениям, возникающим в процессе работы). Обратимость и специфичность тренировочных эффектов. Срочный, отставленный и кумулятивный эффекты тренировки.

Классификации нагрузок по специфичности, энергетической направленности, координационной сложности и величине. Факторы, влияющие на величину тренировочной нагрузки (число тренировочных занятий в микроцикле, продолжительность занятий, моторная плотность занятия, интенсивность упражнения, продолжительность и характер интервалов отдыха между упражнениями, сложность двигательных навыков и степень их овладения, наличие статических усилий в тренировочном занятии. Физиологическое обоснование пороговых тренировочных нагрузок в спорте.

Литература: основная 2, 4 дополнительная 3, 6, 10.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** о физиологической характеристике тренировки как многолетнего процесса; показателях тренированности организма; факторах, влияющих на величину тренировочной нагрузки; принципах спортивной тренировки;

умений решать теоретические и практические задачи по спортивной физиологии; пользоваться оборудованием для исследований;

опытавладения методами теоретического и экспериментального исследования в физиологии; основными методами исследований во время выполнения физических упражнений.

Изучение темы направлено на формирование универсальных компетенций (УК-7), общепрофессиональных (ОПК-1, ОПК-12, ОПК-15), профессиональных компетенций (ПК-7).

5.2.2 Содержание практических занятий (лабораторный практикум, 24 часов)

1. Введение. Физиология возбудимых тканей. Биоэлектрические явления в тканях. (2 час.)

Лабораторная работа № 1. Приготовление нервно-мышечного препарата. Виртуальный эксперимент. (см. учебное пособие, 1 часть)

Классический нервно-мышечный препарат – икроножная мышца лягушки и седалищный нерв, её иннервирующий. Последовательность манипуляций, в ходе которых приготавливается нервно-мышечный препарат, представлена в видеофильме.

Указания к оформлению протокола:

Зарисуйте нервно-мышечный препарат лягушки, обозначьте его составные части.

Лабораторная работа № 2. Действие различных раздражителей.

Икроножная мышца в составе нервно-мышечного препарата в ответ на раздражение нерва отвечает сокращением. В этом случае имеет место *непрямое раздражение.* При непосредственном раздражении мышцы она также сокращается. В этом случае имеет место *прямое раздражение*. В качестве раздражителя в обоих случаях может быть использован *электрический ток* – раздражитель физической природы.

Виртуальный эксперимент – Запись сокращения икроножной мышцы лягушки при прямом ее раздражении электрическим током (см. учебное пособие, 1 часть).

Лабораторная работа № 3. Определение подпороговой, пороговой и надпороговой силы электрического раздражителя

Виртуальный эксперимент. Запись сокращения икроножной мышцы лягушки при прямом ее раздражении электрическим током (см. учебное пособие, 1 часть).

Лабораторная работа № 4.Первый опыт Гальвани (Сокращение с металлом) и Второй опыт Гальвани (Сокращение без металла) – Видеофильм.

Выполнить рисунки. Сделать выводы (см. учебное пособие, 1 часть).

Литература: основная 1, 2; дополнительная 1, 3, 7

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** основных физиологических функций органов и систем человека; **умений** решать теоретические и практические задачи по физиологии человека; **опыта**

владения методами теоретического и экспериментального исследования в физиологии. Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций (ОПК-1).

2. Физиология нервной системы (2 час.) – Круглый стол.

Лабораторная работа № 1. Исследование рефлекторных реакций человека.

Цель: убедиться в том, что специфические рефлексы возникают при раздражении рецепторов, расположенных в специфических рефлексогенных полях.

1. Исследование миотатических рефлексов спинного мозга.

Миотатические (сухожильные) рефлексы – рефлексы на растяжение мышц. Быстрое растяжение мышцы всего на несколько миллиметров механическим ударом по ее сухожилию приводит к сокращению всей мышцы и двигательной реакции. Сухожильные рефлексы относятся к элементарным безусловным рефлексам. Они имеют местное значение, вызываются локальным раздражением рецепторов данного сегмента тела и проявляются в виде локальных сегментарных сокращений поперечно-полосатой мускулатуры.

2.Рефлекс сухожилия сгибателя верхней конечности возникает при ударе неврологическим молоточком по сухожилию двуглавой мышцы в локтевом сгибе. Рефлекторная дуга: мышечно-кожный нерв, V и VI шейные сегменты спинного мозга. Ответная реакция–сокращение мышц и сгибание руки в локтевом суставе.

3. При определении локтевого рефлекса полусогнутая и расслабленная рука испытуемого находится на ладони экспериментатора. Большой палец руки ложится на сухожилие двуглавой мышцы испытуемого. Удар молоточком наносится по большому пальцу испытуемого. Отметить, сгибается ли предплечье.

4. Рефлекс сухожилия разгибателя верхней конечности возникает в результате удара молоточком по сухожилию трехглавой мышцы. Рефлекторная дуга: мышечно-кожный нерв, VII и VIII шейные сегменты спинного мозга. Ответная реакция – сокращение трехглавой мышцы плеча и сгибание руки в локтевом суставе.

5. При определении рефлекса с трехглавой мышцей плеча экспериментатор становится сбоку от испытуемого, отводит пассивно его плечо кнаружи до горизонтального уровня и поддерживает его левой рукой у локтевого сгиба так, чтобы предплечье свисало под прямым углом. Удар неврологическим молоточком наносится у самого локтевого сгиба. Отметить, разгибается ли предплечье.

6. Коленный рефлекс возникает при ударе молоточком по плотной связке надколенника ниже коленной чашечки. Рефлекторная дуга: бедренный нерв, III и IV поясничные сегменты спинного мозга. Ответная реакция– сокращение четырехглавого разгибателя бедра и разгибание голени. Для определения коленного рефлекса испытуемому предлагают сесть на стул и

положить ногу на ногу. Наносят легкий удар неврологическим молоточком по сухожилию четырехглавой мышцы. Сравнить рефлексы слева и справа.

7.Ахиллов рефлекс вызывается ударом молоточка по пяточному (ахиллову) сухожилию. Рефлекторная дуга: большеберцовый нерв (ветвь седалищного нерва), I и II крестцовые сегменты. Ответная реакция – сгибание стопы.

8. Определение ахиллова рефлекса производится у испытуемого, стоящего коленями на стуле. Ступни ног свободно свисают. Неврологическим молоточком наносят легкий удар по пяточному (ахиллову) сухожилию. Отвечают, сгибается ли стопы.

9. Определение латентного времени зрительно-моторной реакции у человека. Скрытый период простой двигательной реакции исследуется при ответной реакции на действие светового раздражителя. Для определения его величины используется электросекундомер с точностью измерений до 0,001сек. Время скрытого периода простой реакции фиксируется от момента подачи сигнала до конца движения кистью (движение заключается в резком убирании пальцев кисти со специальной платформы).

Для определения точного латентного времени простой двигательной реакции испытуемому предлагают 3-4 попытки, из которых выбирается лучший результат. Сопоставить результаты скрытого периода простой двигательной реакции у испытуемых различной квалификации и нарисовать физиологическую дугу этого рефлекса.

Оформление работы.

Нарисовать схемы рефлексов.

Сделать выводы.

Литература: основная 1, 2, дополнительная 1, 2, 7

Изучение темы направлено на приобретение **знаний**основных физиологических закономерностей функционирования органов и систем организма в процессе мышечной деятельности; **умений** пользоваться измерительным оборудованием для проведения физиологического тестирования;**опыта** владения методами анализа и систематизации данных физиологического тестирования. Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных (ОПК-12) и профессиональных (ПК - 7) компетенций.

3. Система крови (2 час) - круглый стол.

Лабораторная работа № 1. Форменные элементы крови

Цель: научиться различать форменные элементы крови; определять количество эритроцитов и СОЭ.

1. Определение количества эритроцитов (по методу Н.М.Николаева)

Симуляционный эксперимент (см. учебное пособие, 2 часть).

Оформление работы. 1) Нарисуйте масштабную сетку камеры Горяева.

2) Рассчитайте количество эритроцитов в исследуемой крови. Сделайте

вывод о соответствии полученных результатов с нормой, учитывая возрастной и половой аспекты.

2. Определение скорости оседания эритроцитов (СОЭ) по Панченкову.

Симуляционный эксперимент (см. учебное пособие, 2 часть).

Оформление работы.

Отметьте полученный в опыте результат. Сравните его с нормой.

Сделайте выводы.

Лабораторная работа № 2. Свойства крови

Цель: научиться определять содержание гемоглобина в крови; осмотическую устойчивость эритроцитов по устойчивости к гипотоническим растворам; ознакомиться с определением групповой принадлежности крови.

1. Определение содержания гемоглобина в крови по методу (Сали).

Симуляционный эксперимент (см. учебное пособие, 2 часть).

Сделать выводы.

2. Определение границ осмотической устойчивости эритроцитов.

Цель: уяснить механизмы образования осмотического, механического, химического видов гемолиза.

Обратить внимание на границу сопротивляемости эритроцитов. Таблицу занести в тетрадь.

Симуляционный эксперимент (см. учебное пособие 2 часть).

Сделать выводы.

Лабораторная работа № 3. Определение групп крови по Янскому.

Цель: научиться определять группу донорской крови.

1). Группа крови 0 (I) характеризуется отсутствием агглютинации во всех каплях.

2). Если агглютинация не наступает со стандартной сывороткой А (II), а в двух других наступила, то кровь А (II) группы.

3). Если агглютинация не наступила только с сывороткой В (III), то кровь В (III) группы.

4). Если же все 3 сыворотки дали агглютинацию, то исследуемая кровь АВ (IV) группы.

Оформить протокол.

Сделать выводы.

Литература: основная 1, 2, дополнительная 1, 3, 6

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** физиологические функции основных органов и систем человека; **умений** решать теоретические и практические задачи по физиологии; **опыта** владения методами теоретического и экспериментального исследования в физиологии. Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных (ОПК-12) и профессиональных (ПК - 7) компетенций.

4. Физиология кровообращения (2 час.) - учебные групповые дискуссии

Лабораторная работа № 1. Измерение частоты пульса в покое и после мышечной деятельности (метод пульсометрии).

Цель: ознакомиться с некоторыми методами исследования сердечно-сосудистой системы у человека.

Расположите указательный, средний и безымянный пальцы руки над лучевой артерией испытуемого, при этом прощупывается артериальный пульс. При оценке качеств пульса учитываются следующие показатели: *а) Частота* (рассчитывается за 1 мин.) - в норме соответствует числу сокращений сердца. *б) Ритмичность* - оценивается по величине интервалов времени между пульсовыми колебаниями. Пульс может быть ритмичным и аритмичным. *в) Напряжение* - характеризуется силой сдавливания артерии, при которой пульс пропадает. Постепенно сдавливая артерию одним пальцем, другим пальцем определите момент исчезновения пульса. По напряжению пульс может быть твердым и мягким. *г) Наполнение пульса* - зависит от количества крови, выбрасываемой в аорту левым желудочком сердца. Сдавливая пальцами лучевую артерию с различной силой, можно получить *ориентировочное представление* об объеме пульсового наполнения сосуда. По показателю наполнения пульс может быть полным, недостаточно полным и т. д.

1. Определите частоту, оцените ритмичность, напряжение и наполнение пульса в покое и при физической нагрузке.
2. Проанализировать полученные данные.
3. Сделать выводы.

Лабораторная работа № 2. Измерение артериального давления у человека по методу Короткова (метод сфигмоманометртии).

Измерения проводят сфигмоманометром в положении, сидя.

В локтевом сгибе, ниже манжетки, прощупывают пульс и на это место устанавливают стетофонендоскоп, нагнетают воздух в манжетку до исчезновения пульса. Затем, при помощи винтового клапана, медленно снижают давление в манжетке и прислушиваются к сосудистым тонам. Момент появления тона соответствует максимальному (т.е. систологическому) давлению крови. Далее, с уменьшением давления, тоны усиливаются, а затем сразу исчезают. Момент исчезновения звука будет соответствовать минимальному (т.е. диастолическому) давлению.

Измерение артериального давления крови производят в покое, после 30 приседаний, на 1-ой и 3-ей минутах восстановления. Данные вносят в таблицу.

Устанавливают реакцию минимального и максимального давления на выполненную работу.

Уровень давления определяется следующими факторами:

1. нагнетающей силой сердца (частотой и силой сокращения сердца);
2. величиной периферического сопротивления сосудов (тонуса стенок сосудов);
3. количеством циркулирующей крови;

4. вязкостью крови;
5. возрастом, временем суток, состоянием организма и центральной нервной системы.

Сделать выводы.

Литература: основная 1, 2, дополнительная 1, 3, 6

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** физиологические функции основных органов и систем человека; **умений** решать теоретические и практические задачи по физиологии; **опыта** владения методами теоретического и экспериментального исследования в физиологии. Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных (ОПК-12, ОПК-15) и профессиональных (ПК - 7) компетенций.

5. Физиологические основы классификации и характеристики спортивных упражнений (2 часа) – круглый стол.

Лабораторная работа № 1. «Исследование изменения физиологических функций в организме под влиянием динамической работы максимальной мощности».

Цель: установить величину выполненной физической нагрузки и характер произошедших изменений физиологических функций.

Испытуемый из группы студентов выполняет работу на велоэргометре (максимальное вращение педалей велоэргометра) в течение 30 секунд. Остальные студенты распределяются по бригадам. Одна бригада исследует сердечно-сосудистую систему, другая устанавливает количественную характеристику произведенной работы по количеству оборотов вращения педалей за минуту, третья бригада рассчитывает минутный объем дыхания (МОД), кислородный запрос ($О_2$З), кислородный долг ($О_2$Д) и потребление кислорода ($ПО_2$) при работе максимальной мощности.

Оформление работы.

1. Зафиксировать среднюю частоту оборотов вращения педалей.
2. Рассчитать МОД (мл/мин), потребление кислорода, кислородный запрос, суммарный кислородный запрос, потребление кислорода (мл/мин на 1 кг).
3. Построить график кислородного запроса (л/мин), потребления кислорода (мл/мин на 1 кг), кислородного долга (л/мин).

Лабораторная работа № 2. «Исследование изменения физиологических функций в организме под влиянием динамической работы субмаксимальной мощности».

Цель: установить величину выполненной физической нагрузки и характер произошедших изменений физиологических функций.

Испытуемый из группы студентов выполняет работу на велоэргометре в течение 3 мин с околопредельным темпом вращения педалей. Остальные студенты распределяются по бригадам. Одна бригада исследует сердечно-сосудистую систему, другая устанавливает количественную характеристику произведенной работы по количеству оборотов вращения педалей за минуту,

третья бригада рассчитывает минутный объем дыхания (МОД), кислородный запрос (O_2З), кислородный долг (O_2Д) и потребление кислорода ($ПО_2$) при работе субмаксимальной мощности.

Оформление работы.

1. Зафиксировать среднюю частоту оборотов вращения педалей.

2. Рассчитать МОД (мл/мин), потребление кислорода, кислородный запрос, суммарный кислородный запрос, потребление кислорода (мл/мин на 1 кг).

3. Построить график кислородного запроса (л/мин), потребления кислорода (мл/мин на 1 кг), кислородного долга (л/мин).

Лабораторная работа № 3. «Исследование изменения физиологических функций в организме под влиянием динамической работы большой мощности».

Цель: установить величину выполненной физической нагрузки и характер произошедших изменений физиологических функций.

Испытуемый из группы студентов выполняет работу на велоэргометре мощностью 2 Вт/кг течение 20 мин, частота вращения педалей – 60 об/мин. Работа студентов и оформление аналогичны лабораторным работам № 1, 2.

Лабораторная работа № 4. «Исследование изменения физиологических функций в организме под влиянием динамической работы переменной мощности».

Цель: установить величину выполненной физической нагрузки и характер произошедших изменений физиологических функций.

Испытуемый из группы студентов выполняет работу на велоэргометре в разном темпе:

a) 80 оборотов в минуту – 3 минуты;
b) 120 оборотов в минуту – 3 минуты;
c) 80 оборотов в минуту – 2 минуты;
d) 120 оборотов в минуту – 2 минуты.

Работа студентов и оформление аналогичны лабораторным работам № 1, 2, 3.

Литература: основная 2, 4 дополнительная 3, 6, 8, 10.

Изучение данной темы направлено на приобретении студентами **знаний** о разновидностях физических упражнений, о физиологических особенностях циклических упражнений различной относительной мощности; **умений** решать теоретические и практические задачи по спортивной физиологии; **опыта** владения основными методами исследований во время выполнения физических упражнений и применения полученных знаний в последующей профессиональной деятельности; формирования общепрофессиональных (ОПК-1), профессиональных компетенций (ПК-7).

6. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности (2 часа) – проблемное обучение.

Лабораторная работа № 1. «Исследование предстартового состояния и

врабатывания».

Цель: Сопоставить показатели ЧСС в покое и их изменение на предстартовые команды и велоэргометрическую нагрузку.

Методика работы. В эксперименте принимают участия 2 испытуемых, которые занимают стартовую позицию на расстоянии 5 м от велоэргометра. После чего экспериментатор через 10-секундные интервалы подает предварительные команды (1) «Приготовиться!», (2) «На старт!», (3) «Внимание!». По команде (4) «Марш!» испытуемые как можно быстрее должны добежать до велоэргометра и начать работу, длительность которой составит 5 мин.

Регистрация ЧСС проводится с помощью монитора сердечного ритма «Polar», который одевается на испытуемых за 5-7 минут до начала исследования. Во время подачи команд и начала работы на велоэргометре на приемнике Polar, расположенном в нижней трети предплечья испытуемого, нажимается кнопка «Старт» для нанесения отсечки на графике ЧСС.

После прекращения исследования данные с монитора сердечного ритма переносятся в компьютер. По графику ЧСС делаются выводы о характере изменения ЧСС в предстартовом периоде и периоде врабатывания.

Лабораторная работа № 2. «Исследование развития утомления при работе на велоэргометре с различным усилием».

Цель: Выявить проявления утомления при работе с различным усилием.

Выбираются 2 испытуемых. Первый испытуемый выполняет в течение 5 минут работу на велоэргометре «Монарк» в темпе 30 км/час с усилием 1,5 кг. Второй испытуемый в течение 3 минут выполняет работу в том же темпе, но с усилием 3 кг. Во время работы и после неё на протяжении 5 минут, фиксируются показатели дыхательной и сердечно-сосудистой системы. Проанализировать проявления утомления при работе с различным усилием. Сделать выводы, нарисовать графики.

Литература: основная 4; дополнительная 3, 10.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** о физиологических особенностях состояний при спортивной деятельности, видах предстартовых состояний, разновидностях утомления, факторах, влияющих на скорость врабатывания, на течение процессов восстановления; **умений** решать теоретические и практические задачи по спортивной физиологии; **опыта** владения основными методами исследований во время выполнения физических упражнений и применения полученных знаний в последующей профессиональной деятельности; формирования общепрофессиональных (ОПК-1, ОПК-12, ОПК-15), профессиональных компетенций (ПК-7).

7.Физиологические механизмы развития физических качеств (2 часа)– круглый стол.

Лабораторная работа № 1. «Определение латентного времени

зрительно-моторной реакции у человека».

Цель работы: Определить степень подвижности нервных процессов.

Скрытый период простой двигательной реакции исследуется при ответной реакции на действие светового раздражения. Для определения его величины используется электросекундомер с точностью измерений до 0,1 секунд. Время скрытого периода простой реакции фиксируется от момента подачи светового сигнала до начала движения рук (движение заключается в резком отжимании пальцев кисти со специальной платформы).

Для определения точного латентного времени простой двигательной реакции испытуемому предлагается 3-4 попытки, из которых выбирается лучший результат. Сопоставить результаты скрытого периода простой двигательной реакции у испытуемых различной квалификации. Сделать выводы.

Лабораторная работа № 2. «Определение быстроты одиночных движений».

Быстрота одиночного движения определяется временем движений конечностей. Продолжительность движения фиксируется от момента нажимания рукой испытуемого первого контакта до момента нажимания рукой (этой же) второго контакта с точностью до 0,01 сек. Испытуемому предлагают выполнить 3-4 попытки, из которых выбирается лучший результат. Затем предлагают испытуемому выполнить данное задание противоположной рукой. Сопоставить результаты продолжительности одиночного движения рукой у испытуемых различной квалификации. Сделать выводы.

Лабораторная работа № 3 «Определение частоты движений (темп)».

Испытуемому предлагается выполнение в максимальном темпе постукивание по телеграфному ключу, в течение 10 сек. Для определения частоты движений за 1 секунду необходимо результат, показаний на реакциомере разделить на 20. Сопоставить результаты у испытуемых различной квалификации и специализации. Сделать выводы.

Лабораторная работа № 4. «Определение максимальной произвольной силы и силовой выносливости».

Цель: Измерить максимальную произвольную силу (МПС) и силовую выносливость сгибателей кисти у лиц, имеющих различную физическую подготовленность.

Исследования проводят в два этапа: на первом этапе измеряют МПС, на втором – силовую выносливость.

1 этап. У всех присутствующих студентов измеряют ручным динамометром МПС. Испытуемые по очереди совершают три попытки измерения силы сгибателей пальцев рук, поочередно левой и правой. Учитывают максимальный показатель и сумму трех попыток.

2 этап. Для проведения оценки статической выносливости сгибателей мышц правой кисти (левой для леворуких) выделяют двух студентов. Ручным динамометром они поочередно исследуют друг у друга силовую

выносливость, производя 10 повторений с разным интервалом отдыха между попытками (5 и 40 с). Для контроля изменений вегетативных функций в процессе исследования выносливости регистрируют ЧСС до начала и непосредственно после окончания исследования.

Оформление работы. 1. Рассчитать средний показатель МПС для правой и левой рук и дать им сравнительную характеристику.

2. Сравнить свой показатель МПС со стандартными величинами и сделать выводы.

3. Провести анализ по силовой выносливости, выявив, на каком порядке повторения развивается утомление с интервалами отдыха в 5 и 40 с.

4. Оценить изменение ЧСС до и после прекращения исследования выносливости с различными по времени интервалами отдыха и сделать соответствующие выводы.

5. Построить график динамики изменения силовой выносливости в процессе 10 повторений с разными интервалами отдыха.

Лабораторная работа № 5. «Функциональные изменения в организме при динамической силовой работе».

Цель: Определить характер функциональных изменений в организме при динамической силовой работе и в восстановительном периоде.

У испытуемого исследуется: легочная вентиляция, частота и глубина дыхания, потребление кислорода, частота пульса и артериальное давление при следующих условиях:

1. Покой – 3 мин.
2. Удержание 5 кг гантелей на прямых руках (руки в стороны) 1 минуту.
3. Восстановительный период – 5 мин.

Полученные данные записать в протокол, проанализировать, сделать выводы.

Лабораторная работа № 6. «Функциональные изменения в организм при статических напряжениях».

Цель: Определить характер функциональных изменений в организме при статических усилиях и в восстановительном периоде.

У испытуемого исследуется: легочная вентиляция, частота и глубина дыхания, потребление кислорода, частота пульса и артериальное давление при следующих условиях:

1. Покой – 3 мин.
2. Силовые упражнения – поднимание гантелей весом 5 кг через стороны вверх – 1 минуту.
3. Восстановительный период – 5 мин.

Полученные данные записать в протокол, проанализировать, сделать выводы.

Литература: основная 2, 4; дополнительная 3, 6, 10.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** о физиологических факторах определяющих, выносливость, силу, быстроту; изменениях в организме, возникающих при тренировке того или иного

физического качества; методах развития силы, выносливости; **умений** решать теоретические и практические задачи по спортивной физиологии, пользоваться оборудованием для исследований; **опыта** владения методами теоретического и экспериментального исследования в физиологии; основными методами исследований во время выполнения физических упражнений; формирование универсальных компетенций (УК-7), общепрофессиональных (ОПК-1, ОПК-12), профессиональных компетенций (ПК-7).

8. Физиологические основы спортивной тренировки (2 часа) – учебные групповые дискуссии.

Лабораторная работа № 1. «Исследование показателей тренированности в состоянии относительного мышечного покоя».

Цель: Провести оценку тренированности в состоянии относительного мышечного покоя.

У испытуемых разной спортивной специализации и тренированности измеряют: длину и массу тела, жизненную емкость легких (ЖЕЛ), силу мышц-сгибателей рук, систолическое (СД) и диастолическое (ДД) артериальное давление, ЧСС в состоянии покоя (в положении сидя). Рассчитывают адаптационный потенциал (АП) системы кровообращения по формуле (Р.М. Баевский, А.П. Берсенева, 1993):

АП = (0011 × ЧСС) + (0,014 × СД) + (0,008 × ДД) + (0,014 × В) + (0,009 × МТ) - (0,009 × Р) - 0,27,

где В – возраст, лет; СД – систолическое давление, мм рт.ст.; ДД – диастолическое давление, мм рт.ст.; ЧСС – частота сердечных сокращений, уд./мин; МТ – масса тела, кг; Р – длина тела, см.

На основании полученных результатов провести оценку адаптационного потенциала системы кровообращения обследованных по шкале: удовлетворительная адаптация – пороговое значение АП не более 2,1 балла; напряжение механизмов адаптации от 2,11 до 3,2 балла; неудовлетворительная адаптация – от 3,21 до 4,3 балла; срыв адаптации –4,31 и более.

Лабораторная работа № 2. «Исследование физиологических показателей тренированности при выполнении стандартной (дозированной) нагрузки».

Цель: Определить степень тренированности при выполнении дозированных нагрузок у испытуемых с различным уровнем спортивного мастерства.

В качестве дозированной нагрузки используют работу на велоэргометре с мощностью 1 Вт/кг массы тела в течение 5 минут. Во время работы и восстановительного периода регистрируется ЧСС, АД, частота и глубина дыхания, потребление кислорода.

На основе полученных результатов сделать заключении о степени тренированности испытуемых.

Лабораторная работа № 3. «Исследование физиологических показателей тренированности при выполнении предельной нагрузки».

Цель: Определить степень тренированности при выполнении предельных нагрузок у испытуемых с различным уровнем спортивного мастерства.

В качестве предельной нагрузки используют ступенчато возрастающую велоэргометрическую нагрузку до отказа от работы. Во время работы и восстановительного периода регистрируется ЧСС, АД, частота и глубина дыхания, потребление кислорода, также фиксируется длительность работы на велоэргометре и мощность последней ступени нагрузки.

На основе полученных результатов сделать заключении о степени тренированности испытуемых.

Лабораторная работа № 4. «Определение общей физической работоспособности пробой PWC_{170}».

Цель. Научиться определять уровень общей физической работоспособности с помощью теста PWC_{170} в модификации В.Л. Карпмана.

Испытуемый выполняет на велоэргометре без предварительной разминки последовательно 2 нагрузки с частотой педалирования 60-70 об/мин. Нагрузка подбирается индивидуально каждому испытуемому с учетом возраста, пола, массы тела и спортивной специализации.

Расчет вести путем подстановки экспериментальных значений ЧСС в следующую формулу:

$$PWC_{170}=N_1+(N_2-N_1)\times \frac{170-f_1}{f_2-f_1},$$ где,

f_1 и f_2 - ЧСС в конце 1-й и 2-й экспериментальных нагрузок.

PWC_{170} – нагрузка, которая вызывает учащение сердцебиений до 170 уд/мин.

Данные тестирования занести в таблицу и оценить уровень общей физической работоспособности испытуемого.

Лабораторная работа № 5. «Определение и расчет максимального потребления кислорода (МПК)».

Цель: Научиться определять МПК прямым путем и расчетным путем по результатам пробы PWC_{170}.

При прямом определении МПК обследуемого дают ступенчато возрастающую физическую нагрузку на велоэргометре до максимальное возможной и непрерывно регистрируют нарастание потребления кислорода. В пределах умеренных и средних нагрузок нарастание потребления кислорода идет линейно вслед за нарастанием мощности работы. Это нарастание достигает предела и далее остается неизменным, не смотря на увеличение мощности работы. Этот предельный уровень и отражает МПК.

Непрямое определение МПК по тесту $PWC_{170.}$

Зная величину PWC_{170} (кгм/мин), можно определить максимальное

потребление кислорода (МПК) по формуле:

$$МПК_{Л}/_{мин} = 1,7 \times PWC_{170} + 1240$$

(для лиц невысокой спортивной квалификации)

$$МПК = 2,2 \times PWC_{170} + 1070$$

(для высококвалифицированных спортсменов).

Лабораторная работа № 6. «Определение кислородного долга (КД)».

Цель: Научиться определять величину кислородного долга.

Для определения величины КД проводят непрерывно регистрацию потребляемого испытуемым кислорода до нагрузки, во время и после неё. Определяют площадь под кривой, характеризующей потребление кислорода за период «восстановления» (от момента окончания нагрузки до возращения потребления кислорода к уровню покоя). Из величины потребления кислорода за период «восстановления» вычитают величину потребления кислорода за аналогичный временной интервал в период покоя (до нагрузки). Полученная разность характеризует величину кислородного долга.

Лабораторная работа № 7. «Определение порога анаэробного обмена (ПАНО)».

Цель: Научиться определять мощность работы на уровне ПАНО и ЧСС на уровне ПАНО.

При выполнении функциональных проб для определения ПАНО обычно исследуют один из следующих критериев: мощность мышечной работы (или величину потребления O_2) на уровне перегиба кривой, характеризующей накопление лактатов в крови или повышение их до 4 моль/л; мощность мышечной работы, соответствующей началу нелинейного увеличения легочной вентиляции или вентиляционного эквивалента по кислороду (отношение легочной вентиляции к потреблению O_2). Для выявления анаэробного порога применяется, заложенный в программном приложении «MetaSoft 3», метод V-наклона по Биверу (V-SlopeafterBeaver). Суть этого метода заключается в том, что ПАНО выявляется в тот момент, когда объем выделяемого CO_2начинает расти быстрее, чем объем потребляемого кислорода.

Испытуемый выполняет ступенчато возрастающую нагрузку на велоэргометре. Регистрация ЧСС осуществляется с помощью монитора сердечного ритма «Polar». Для измерения легочной вентиляции и динамики дыхательных газов используется стационарный прибор «MetaLyzer 3B-R2», производства компании «CORTEXBiophysikGmbH» и программное приложение «MetaSoft 3».

Уровень АП оценивается по принципу: чем выше мощность работы (и соответственно потребление кислорода) на уровне порога анаэробного обмена, тем выше работоспособность обследуемого. У нетренированных людей АП приходится на уровень потребления кислорода около 50-60% от МПК, у спортсменов – 70-80%. ЧСС на уровне ПАНО определяется по сопоставлению графиков ЧСС и динамики дыхательных газов.

Литература: основная 2, 4; дополнительная 3, 6, 10.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** о физиологической характеристике тренировки как многолетнего процесса; показателях тренированности организма; факторах, влияющих на величину тренировочной нагрузки; принципах спортивной тренировки; **умений** решать теоретические и практические задачи по спортивной физиологии; пользоваться оборудованием для исследований; **опыта**владения основными методами исследований во время выполнения физических упражнений, применения полученных знаний в последующей профессиональной деятельности; формирование уневерсальных (УК-7), общепрофессиональных (ОПК-1, ОПК-12, ОПК-15), профессиональных компетенций (ПК-7).

9. Физиологические основы оздоровительной тренировки (2 часа)

Лабораторная работа № 1. «Исследование физического состояния».

Цель: Определение индекса физического состояния (ИФС) по формуле Е.А. Пирогова.

Физическое состояние оценивается совокупностью взаимосвязанных признаков, таких, как физическая работоспособность, функциональное состояние органов и систем организма, пол, возраст, физическое развитие, физическая подготовленность.

$$ИФС = \frac{700 - 3 \cdot ЧСС - 0,8333 \cdot СД - 1,6667 \cdot ДД - 2,7 \cdot В + 0,28 \cdot М}{350 + 2,6 \cdot В + 0,21 \cdot Д},$$

где ЧСС – частота сердечных сокращений, уд./мин; В – возраст, лет; СД – систолическое давление, мм рт. ст; ДД – диастолическое давление, мм рт.ст; М – масса тела, кг; Д – длина тела, см.

Для расчета ИФС определяют следующие показатели: длину и массу тела, систолическое и диастолическое артериальное давление, частоту пульса в покое. Данные измерений и расчета заносят в таблицу. Далее студенты проводят расчет ИФС по формуле Е.А. Пирогова и оценивают ИФС по специальной таблице.

Лабораторная работа № 2. «Экспресс-оценка уровня соматического здоровья лиц, занимающихся оздоровительной физической культурой».

Цель: Определить уровень соматического здоровья у студентов.

Индикатором функциональною состояния всего организма является кардиореспираторная система, поэтому методика оценки соматического здоровья построена на показателях этой системы в соответствии с данными физического развития (Г.Л. Апанасенко, Р.Г. Науменко, 1988).

У студентов всей группы измеряют: длину и массу тела, систолическое (СД) и диастолическое (ДД) артериальное давление, частоту сердечных сокращений (ЧСС) в покое, жизненную емкость легких (ЖЕЛ), силу кисти. Затем испытуемые выполняют 20 приседаний за 30 с, после которых через каждые 15 с подсчитывают ЧСС (уд/мин) и определяют время, за которое пульс восстановится до исходного (в состоянии покоя). Данные заносят в

таблицу.

По специальным таблицам студенты рассчитывают индексы и по общему количеству баллов делают вывод об уровне соматического здоровья.

Литература: основная 2, 4; дополнительная 3, 6, 8, 10.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний** о здоровом образе жизни, последствиях гиподинамии и гипокинезии; влиянии оздоровительной физической культуры на организм; **умений**дозировать физическую нагрузку; подбирать для занимающихся формы оздоровительной физической культуры; **опыта** владения основными методами исследований во время выполнения физических упражнений, применения полученных знаний в последующей профессиональной деятельности; формирование универсальных компетенций (УК-7), общепрофессиональных (ОПК-1, ОПК-12, ОПК-15), профессиональных компетенций (ПК-7).

10. Семинар по теме «Физиологические основы тренировки, спортивной ориентации и отбора юных спортсменов» (2 часа) – учебные групповые дискуссии.

Цель: ознакомить с понятиями спортивный отбор и спортивная ориентация; рассмотреть наследуемость проявления физических качеств и морфофункциональных особенностей; охарактеризовать критические и сенситивные периоды в развитии физических качеств.

План:

1. Дать понятие спортивному отбору и спортивной ориентации.
2. Наследуемость морфофункциональных особенностей.
3. Наследуемость проявления физических качеств.
4. Критические и сенситивные периоды в развитии физических качеств.

Литература**:** основная 2, 4; дополнительная 3, 5, 6, 10.

Изучение темы направлено на приобретение **знаний**о физиологических принципах и критериях проведения спортивного отбора; **умений** решать теоретические и практические задачи по спортивной физиологии; пользоваться оборудованием для исследований; **опыта**определения задач спортивного отбора; навыков организации и проведения ориентации и отбора в спорте;применения полученных знаний в последующей профессиональной деятельности; формирование общепрофессиональных (ОПК-2).

6. Самостоятельная работа студентов

При изучении раздела студент самостоятельно готовится по следующим темам:

№ п/п	Содержание работы Темы занятий	Количество часов	Виды контроля
Раздел (Модуль) 1.«Общая физиология»			
1.	Введение. Физиология возбудимых тканей	8	Устный опрос, тестирование
2.	Биоэлектрические явления в тканях	8	Устный опрос, тестирование
3.	Физиология нервно-мышечного аппарата	8	Устный опрос
4.	Физиология нервной системы	8	Устный опрос
5.	Высшая нервная деятельность	8	Устный опрос, тестирование
6.	Физиология сенсорных систем	8	Устный опрос
7.	Система крови	8	Устный опрос
8.	Физиология кровообращения	8	Устный опрос
9.	Физиология дыхания	8	Устный опрос
10.	Физиология пищеварительных процессов	8	Устный опрос, тестирование
11.	Обмен веществ и энергии	8	Устный опрос, тестирование
12.	Общая характеристика выделительных процессов.	7	Устный опрос, тестирование
13.	Тепловой обмен	8	Устный опрос, тестирование
14.	Физиология желез внутренней секреции	8	Устный опрос, тестирование
Всего		**111**	
Раздел (Модуль) 2. «Спортивная физиология»			
15.	Общая характеристика спортивной физиологии.	6	Устный опрос
16.	Физиологические основы классификации и характеристики спортивных упражнений.	7	Устный опрос, тестирование
17.	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности.	7	Устный опрос, тестирование
18.	Физиологические основы	6	Устный опрос,

	двигательных навыков.		тестирование
19.	Физиологические механизмы развития физических качеств.	7	Устный опрос, тестирование
20.	Физиологические механизмы адаптации организма в процессе спортивной тренировки.	6	Устный опрос
21.	Физиологические основы спортивной тренировки.	6	Устный опрос, тестирование
22.	Физиологические основы оздоровительной тренировки.	6	Устный опрос, тестирование
23.	Спортивная работоспособность в особых условиях внешней среды.	6	Устный опрос, тестирование
24.	Физиологические основы тренировки, спортивной ориентации и отбора юных спортсменов.	6	Устный опрос
25.	Физиологическая характеристика урока физической культуры в школе.	6	Устный опрос, тестирование
26.	Физиологические основы спортивной тренировки женщин.	6	Устный опрос, тестирование
Всего		**75**	
Итого:		**186**	

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Задания для самостоятельной работы
Раздел I . Общая физиология.

1. Введение.Физиология возбудимых тканей

Контрольные вопросы:

1. Возбудимые ткани. Основные функциональные характеристики.
2. Раздражители. Виды раздражителей.
3. Законы раздражения.

2. Биоэлектрические явления в тканях.

Контрольные вопросы:

1. Биоэлектрические явления в тканях. Возникновение «животного электричества».
2. Мембранно-ионная теория возникновения возбуждения.
3. Местное и распространяющееся возбуждение.
4. Изменение возбудимости мембраны в процессе проведения нервного импульса. Проведения возбуждения в возбудимых тканях.

3. Физиология нервно-мышечного аппарата

Контрольные вопросы:

1. Понятие о двигательном аппарате человека.
2. Строение нервно-мышечного волокна.
3. Строение синапса. Проведение возбуждения с нерва на мышцу.
4. Механизм и энергетика мышечного сокращения.
5. Одиночное и тетаническое сокращение мышечного волокна. Сокращение целой мышцы.
6. Типы и режимы мышечного сокращения.
7. Утомление мышц.
8. Двигательные единицы как функциональные единицы нервно-мышечного аппарата.

4. Физиология нервной системы

Контрольные вопросы:

1. Функциональная организация нервной системы. Основные функции ЦНС.
2. Нейрон, его морфофункциональные особенности. Основные функции нейронов. Типы нейронов.
3. Рефлекторный характер деятельности ЦНС. Рефлекс и рефлекторная дуга. Виды рефлексов.
4. Понятие о нервном центре. Свойства нервных центров.
5. Разновидности торможения в ЦНС. Значение торможения.
6. Координационная деятельность ЦНС, факторы ее обеспечивающие.
7. Частная физиология ЦНС.

5. Высшая нервная деятельность

Контрольные вопросы:

1. Понятие о ВНД. Принципы рефлекторной теории И.П. Павлова.
2. Условно-рефлекторная деятельность. Отличие условных рефлексов от безусловных.
3. Условия, фазы и механизмы образования условных рефлексов.

4. Разновидности условных рефлексов.
5. Внешнее и внутреннее торможение условных рефлексов.
6. Динамический стереотип нервной деятельности.
7. Учение И.П. Павлова о типах нервной системы. Типы ВНД.
8. Особенности ВНД человека. Первая и вторая сигнальные системы.

6. Физиология сенсорных систем

Контрольные вопросы:

1. Общее строение сенсорных систем.
2. Зрительная сенсорная система. Рецепторы, механизм восприятия и передачи зрительной информации.
3. Слуховая сенсорная система. Строение и функции наружного, среднего и внутреннего уха. Механизм передачи звука. Костная и воздушная проводимость.
4. Вестибулярная сенсорная система. Вестибулярные рефлексы.
5. Двигательная сенсорная система.
6. Взаимодействие различных сенсорных систем при мышечной работе. Значение деятельности сенсорных систем в спорте.

7. Система крови

Контрольные вопросы:

1. Понятие о системе крови.
2. Состав, основные функции крови.
3. Состав и физико-химические свойства плазмы (удельный вес, вязкость, осмотическое давление, онкотическое давление, активная реакция крови, буферные системы крови, КЩР).
4. Форменные элементы крови. Функции эритроцитов, гемоглобин, его свойства, значение; миоглобин.
5. Форменные элементы крови. Функции эритроцитов, гемоглобин, его свойства, значение. Миоглобин. Разновидности и функции лейкоцитов. Роль их в иммунных реакциях организма. Механизм влияния на организм ВИЧ и СПИДа. Количество и функции тромбоцитов, свертывание крови.
6. Группы крови. Переливание крови.
7. Изменение в системе крови при мышечной работе.

8. Физиология кровообращения

Контрольные вопросы:

1. Система кровообращения. Значение кровообращения.

2. Сердце. Физиологические свойства сердечной мышцы.
3. Проводящая система сердца.
4. Сердечный цикл, его фазовая структура.
5. Основные показатели работы сердца (ЧСС, АД, систолический (ударный) объем, МОК).
6. Факторы, определяющие гемодинамику. Объемная и линейные скорости кровотока.
7. Кровяное давление и его величина в различных отделах кровеносной системы, факторы его определяющие.
8. Кровообращение при мышечной работе.
9. Основные методы исследования ССС (пульсометрия, ЭКГ, измерение АД).
10. Внутрисердечные механизмы регуляции работы сердца. Внутрисердечная нервная система.
11. Внесердечные механизмы регуляции. Рефлекторная регуляция работы сердца.
12. Гуморальная регуляция деятельности сердца.
13. Регуляция функционального состояния сосудов.
14. Сосудодвигательный центр. Функциональная система, обеспечивающая регуляцию системного АД.

9. Физиология дыхания

Контрольные вопросы:

1. Общая характеристика дыхательной функции. Основные этапы процесса дыхания.
2. Внешнее дыхание. Показатели внешнего дыхания в покое и при мышечной деятельности.
3. Дыхательные объемы и емкости.
4. Газообмен в легких и тканях.
5. Транспорт газов кровью. Кривая диссоциации оксигемоглобина.
6. Дыхательный центр, его структура и локализация.
7. Рефлекторная саморегуляция дыхания.
8. Функциональная система саморегуляции вдоха и выдоха.
9. Гуморальная регуляция дыхания.
10. Функциональная система, обеспечивающая поддержание газовых констант крови (pO_2, pCO_2, pH).

10. Физиология пищеварения

Контрольные вопросы:

1. Общая характеристика пищеварительных процессов. Функции ЖКТ.
2. Пищеварение в различных отделах ЖКТ (полости рта, желудке, 12-ти перстной кишке, тонком и толстом кишечнике).
3. Функции печени. Роль печени в пищеварении. Свойства и функции желчи.
4. Всасывание продуктов пищеварительной системы.
5. Влияние мышечной работы на пищеварение.

11. Обмен веществ и энергии

Контрольные вопросы:

1. Понятие об обмене веществ в организме.
2. Пластическая и энергетическая роль белков, жиров и углеводов.
3. Энергетический баланс организма.
4. Основной обмен, величина и факторы его обеспечивающие.
5. Рабочий обмен. Энерготраты организма при различных видах деятельности.
6. Методы определения энерготрат организма.
7. Регуляция обмена веществ и энергии.

12. Общая характеристика выделительных процессов

Контрольные вопросы:

1. Общая характеристика выделительных процессов
2. Почки и их функции
3. Мочеобразование. Строение почечного фильтра
4. Регуляция деятельности почек. Осморегуляция.
5. Влияние мышечной работы на выделительные функции

13. Тепловой обмен

Контрольные вопросы:

1. Понятие о температурном гомеостазе и тепловом балансе организма.
2. Механизмы теплопродукции (химическая терморегуляция).
3. Механизмы теплоотдачи (физическая терморегуляция).
4. Работа потовых желез и их особая роль в теплоотдаче.
5. Дегидратация организма. Температурное “ядро” и “оболочка” тела.
6. Факторы, определяющие колебания температуры “ядра” и “оболочки”.
7. Принципы регуляции температуры тела человека.

14. Физиология желез внутренней секреции

Контрольные вопросы:

1. Общая характеристика эндокринной системы, понятие о гормонах.
2. Функции гипофиза, эпифиза,щитовидной, паращитовидных,надпочечников, поджелудочной, вилочковой, и половых желез и их роль в жизнедеятельности организма.
3. Роль желез внутренней секреции в обеспечении мышечной деятельности

15. Физиологические основы классификации и характеристики спортивных упражнений

Контрольные вопросы:

1. Классификация физических упражнений.
2. Физиологическая характеристика упражнений максимальной мощности.
3. Физиологическая характеристика упражнений субмаксимальной мощности.
4. Физиологическая характеристика упражнений большой мощности.
5. Физиологическая характеристика упражнений умеренной мощности.
6. Физиологическая характеристика упражнений переменной мощности.

16. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности

Контрольные вопросы:

1. Физиологическая характеристика предстартовых состояний.
2. Физиологическая характеристика врабатывания.
3. Физиологическая характеристика разминки.
4. Физиологическая характеристика устойчивого состояния.
5. Физиологическая характеристика утомления.
6. Физиологическая характеристика восстановительных процессов.

17. Физиологические основы двигательных навыков

Контрольные вопросы:

1. Физиологические механизмы управления произвольными движениями.
2. Физиологическая основа двигательного навыка.
3. Фазы формирования двигательного навыка.
4. Компоненты двигательного навыка.
5. Роль I и II сигнальных систем при формировании двигательного навыка.
6. Спортивная техника и экономичность ДН.

7. Физиологической обоснование принципов обучения ДН.
8. Формирование ДН у детей и подростков.

18. Физиологические механизмы развития физических качеств

Контрольные вопросы:

1. Физиологические факторы, определяющие выносливость.
2. Аэробная работоспособность и выносливость.
3. Анаэробная работоспособность и выносливость.
4. Важнейшие системы организма и выносливость.
5. Физиологическое обоснование методов развития выносливости.
6. Физиологические факторы, определяющие силу мышц.
7. Физиологическое обоснование методов развития силы.
8. Физиологическая характеристика быстроты движений.
9. Физиологические факторы, определяющие скоростно-силовые качества (мощность).
10. Физиологические основы развития ловкости и гибкости.

19.Физиологические механизмы адаптации организма в процессе спортивной тренировки

Контрольные вопросы:

1. Понятие об адаптации, общем адаптационном синдроме.
2. Адаптация к физическим нагрузкам, стадии адаптации.
3. Дезадаптация организма к физическим нагрузкам.
4. Понятие о функциональных резервах организма и их классификация.

20.Физиологические основы спортивной тренировки

Контрольные вопросы:

1. Физиологическая характеристика тренировки.
2. Тренированность и ее показатели.
3. Функциональные эффекты спортивной тренировки.
4. Срочный, отставленный и кумулятивный эффекты тренировки.
5. Физиологическая характеристика периодизации спортивной тренировки.
6. Физиологическое обоснование принципов спортивной тренировки.
7. Физиологическая и педагогическая классификация тренировочной нагрузки.
8. Факторы, влияющие на величину тренировочной нагрузки.
9. Физиологическое обоснование пороговых тренировочных нагрузок в спорте.

21.Физиологические основы оздоровительной тренировки

Контрольные вопросы:

1. Понятие о физическом состоянии. Определение и оценка физического состояния.

2. Понятие о функциональном состоянии человека.
3. Влияние гиподинамии и гипокинезии на здоровье и работоспособность человека.
4. Оптимизация двигательной активности человека.
5. Эффекты оздоровительной физической культуры.

22. Спортивная работоспособность в особых условиях внешней среды

Контрольные вопросы:

1. Тепловая адаптация (акклиматизация) и ее физиологическая характеристика.
2. Влияние влажности воздуха на спортивную работоспособность.
3. Спортивная работоспособность в условиях измененного барометрического давления.
4. Спортивная работоспособность при смене поясно-климатических условий.

24. Физиологические основы тренировки, спортивной ориентации и отбора юных спортсменов

Контрольные вопросы:

1. Физическая работоспособность детей и подростков. Методы ее оценки.
2. Физиологическая характеристика спортивного отбора.
3. Понятие о спортивной ориентации.

25. Физиологическая характеристика урока физической культуры в школе.

Контрольные вопросы:

1. Физиологическое обоснование нормирования физических нагрузок для детей школьного возраста.
2. Изменение функций организма школьников на уроках физической культуры.
3. Влияние занятий физической культурой на физическое, функциональное развитие школьников.
4. Влияние занятий физической культурой на работоспособность и состояние здоровья школьников.
5. Физиологические критерии восстановления организма школьников.

26. Физиологические основы спортивной тренировки женщин

Контрольные вопросы:

1. Морфо-функциональные особенности женского организма.
2. Изменение функций организма женщин в процессе тренировок.
3. Влияние биологического цикла на работоспособность женщин.

Список литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно.

1. Балезина, О. П. Физиология: биопотенциалы и электрическая активность клеток: учебное пособие для вузов / О. П. Балезина, А. Е. Гайдуков, И. Ю. Сергеев. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 165 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04264-1. — URL :https://urait.ru/bcode/491859
2. Богданов, А. В. Физиология центральной нервной системы и основы адаптивных форм поведения : учебник для вузов / А. В. Богданов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 351 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11381-5. — URL :https://urait.ru/bcode/495760
3. Брук, Т.М. Физиология человека: учебник / Т.М. Брук, А.А. Николаев, З.Н. Прокопюк. – Смоленск: изд. «Принт-Экспресс», 2013. – 522 с.
4. Григорьева, Е. В. Возрастная анатомия и физиология : учебное пособие для вузов / Е. В. Григорьева, В. П. Мальцев, Н. А. Белоусова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11443-0. — Режим доступа: https://urait.ru/bcode/494027
5. Интегральные системы организма: учебное пособие в вопросах и ответах / Под ред. Т.М. Брук, В.А. Правдивцев. – Смоленск: изд. ФГБОУ ВО «СГАФКСТ», 2019. – 370 с.
6. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт : учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 141 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09793-1. — Режим доступа: https://urait.ru/bcode/490267
7. Ковалева, А. В. Нейрофизиология, физиология высшей нервной деятельности и сенсорных систем : учебник для вузов / А. В. Ковалева. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 365 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00350-5. — URL :https://urait.ru/bcode/489228
8. Ковалева, А. В. Физиология высшей нервной деятельности и сенсорных систем : учебник для вузов / А. В. Ковалева. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 183 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01206-4. — URL :https://urait.ru/bcode/491287
9. Ляксо, Е. Е. Возрастная физиология и психофизиология : учебник для вузов / Е. Е. Ляксо, А. Д. Ноздрачев, Л. В. Соколова. —Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 396 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00861-6. — Режим доступа: https://urait.ru/bcode/489156
10. Мишин, А. С. Нормальная физиология: полный курс к экзамену : учебное пособие : / А. С. Мишин; Научная книга. – 2-е изд. – Саратов : Научная книга, 2020. – 351 с. – Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=578512

11. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Электронный ресурс]: учебник / Е.Б. Сологуб, А.С. Солодков .— 10-е изд., испр. и доп. — М.: Спорт, 2022 .— 625 с.: ил. — ISBN 978-5-907225-83-1 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/784821
12. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник для высш. учеб. заведений физ. культуры / Е.Б. Сологуб; А.С. Солодков .— 9-е изд. — Москва : Спорт, 2020 .— 624 с. : ил. — ISBN 978-5-907225-17-6 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641356
13. Физиология висцеральных систем организма: учебное пособие в вопросах и ответах / под ред. Т.М. Брук, В.А. Правдивцева. – Смоленск: ООО «Принт-Экспресс», 2020. – 195 с.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	**Трудовые функции (при наличии)**	**Индикаторы достижения компетенций**
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	**01.003** Педагог дополнительного образования детей и взрослых A/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы **01.001** Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель учитель) B/03.6 Мониторинг и оценка качества реализации педагогическими работниками дополнительных образовательных программ	**Знает (пороговый уровень):** – физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспектах, в том числе и при выполнении физических нагрузок; **Умеет (стандартный уровень):** - осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики	**05.003** − Тренер A/01.5 – проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся; A/02.5 – формирование у обучающихся представлений о теоритических основах физической культуры и интереса к занятиям спортом; A/03.5 – планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе; B/02.5 – обучение основам техники	**Знает(пороговый уровень):** – физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; – основные физиологические закономерности функционирования органов и систем

физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста.	двигательных действий (по виду спорта, спортивным дисциплинам); C/04.5 – планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации); D/02.6 – совершенствование специальных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма спортсменов E/01.6 – подготовка спортсменов к достижению результатов уровня сборных команд России; E/03.6 – планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства F/01.6 – осуществление тренировочного процесса со спортсменами спортивной сборной команды субъекта РФ (по виду спорта, спортивной дисциплине);	организма в процессе мышечной деятельности, в предстартовом состоянии и в восстановительном периоде; – влияние нагрузок различной направленности и мощности на организм занимающихся физической культурой и спортом, а также физиологические закономерности процессов восстановления.
ОПК-2. Способен использовать методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования.	**05.003** – Тренер C01/5 – Осуществление отбора обучающихся в группы и секции тренировочного этапа (по виду спорта, спортивной дисциплине); D/01.6 – Осуществление отбора обучающихся в группы и секции этапа совершенствования спортивного мастерства (по виду спорта, спортивной дисциплине); C/03.5 – формирование навыков соревновательной деятельности; E/02.6 – совершенствование навыков соревновательной деятельности спортсменов. **05.012** – Тренер-преподаватель A/02.6 - Проведение мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией. B/08.7 – Осуществление отбора спортсменов в резерв спортивной сборной команды муниципального уровня, субъекта Российской Федерации, визкультурно-спортивный обществ (по виду спорта, спортивной дисциплине) C/06.7 – Осуществление отбора	**Знает (пороговый уровень)**: - физиологические критерии спортивного отбора; методики спортивного отбора и ориентации; **Умеет (стандартный уровень):** - подбирать и проводить физиологические тесты с целью определения перспективности спортсмена и обучающихся **Имеет опыт(эталонный уровень):** – проведения мероприятий по спортивному отбору, выявлять возможности спортсменов и обучающихся различного пола и возраста.

	спортсменов в резерв спортивной сборной команды Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) С/07.7 – Отбор перспективных спортсменов, комплектование спортивной сборной команды Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине).	
ОПК-12. Способен осуществлять контроль технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся, в том числе с использованием методик измерения и оценки.	**05.003** – Тренер A/03.5 – планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе; B/04.5 - планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе начальной подготовки; C/04.5 – планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации); D/04.6 – планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства; E/01.6 – подготовка спортсменов к достижению результатов уровня сборных команд России; E/03.6 – планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства. **05.012** – Тренер-преподаватель A/09.6 – Осуществление контроля и учета подготовленности с использованием методик измерения и оценки	**Знает (пороговый уровень):** – влияние нагрузок различной направленности и мощности на организм занимающихся физической культурой и спортом, а также физиологические закономерности процессов восстановления, медико-биологические методы контроля. **Умеет (стандартный уровень):** - пользоваться измерительным оборудованием для проведения физиологического тестирования, анализировать и оценивать его результаты. **Имеет опыт (эталонный уровень):** – анализа и систематизации данных физиологического тестирования в динамике, определять и оценивать уровень физической подготовленности спортсменов и обучающихся.
ОПК-15. Способен проводить научные исследования по определению эффективности используемых средств и методов	**05.003** – Тренер A/03.5 – планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе; B/04.5 – планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе начальной подготовки;	**Знает (пороговый уровень):** - теоретические основы физиологических методов тестирования. **Умеет (стандартный уровень):**

в сфере спортивной подготовки и сфере образования.	C/04.5 – планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации); D/04.6 – планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства; E/03.6 – планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства.	- пользоваться измерительным оборудованием для проведения физиологического тестирования. **Имеет опыт (эталонный уровень):** – анализа и систематизации данных физиологического тестирования в динамике
ПК-7. Способен осуществлять методы сбора и (первичной) обработки (и анализа) информации	**05.003** – Тренер A/03.5 – планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе; B/04.5 – планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе начальной подготовки; C/04.5 – планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации); D/04.6 – планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства; E/02.6 – совершенствование навыков соревновательной деятельности спортсменов; E/03.6 – планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства.	**Знает (пороговый уровень):** - теоретические основы физиологических методов тестирования. **Умеет (стандартный уровень):** - пользоваться измерительным оборудованием для проведения физиологического тестирования; - подбирать и проводить физиологические тесты с целью определения перспективности спортсмена.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

• Пороговый – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• Стандартный – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• Эталонный – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль: письменное тестирование (тесты даны в приложении), устный опрос, написание контрольных работ, контроль самостоятельной работы студентов (в устной и письменной форме).

Основные формы промежуточного контроля – контрольная работа и экзамен. В пятом семестре студенты пишут контрольную работу и сдают экзамен по всем пройденным темам раздела «Общая физиология». В восьмом семестре студенты пишут контрольную работу и сдают экзамен по разделу «Спортивная физиология».

7.2.2. Тестовые задания по дисциплине

Варианты тестовых заданий по дисциплине «Физиология человека»

Инструкция по выполнению работы

Студентам предлагается выполнение заданий безмашинного программированного контроля по определенной теме (от 11 до 16 тестов). Каждое тестовое задание состоит из вопроса или утверждения и 4-х вариантов правильный ответа,одни из которых более полны и точны, другие менее полны и содержат некоторые неточности. Задача студентов состоит в том, чтобы выбрать из ряда правильный ответов один более точный и более полный.

Контроль проводится фронтальным методом, на выполнение задания студентам отводится от 11 до 16 минут (из расчета 1 задание – 1 минута).

Тема: «Физиология возбудимых тканей»

Вопрос 1: Что такое реобаза?

1. Максимальная сила (или напряжение) электрического тока, способная вызвать возбуждение.
2. Минимальная сила (или напряжение) электрического тока, способная вызвать возбуждение.
3. Единица измерения силы раздражителей.
4. Сила (или напряжение) электрического тока, способная вызвать наибольшее по величине возбуждение.

Правильный ответ 2.

Вопрос 2: Что такое хронаксия?

1. Полезное время раздражения.
2. Время действия раздражителя на ткань.
3. Наименьшее время, в течение которого электрический ток, равный реобазе, должен действовать на ткань, чтобы вызвать возбуждение.
4. Наименьшее время, в течение которого электрический ток, равный удвоенной реобазе, должен действовать на ткань, чтобы вызвать возбуждение.

Правильный ответ 4.

Вопрос 3: Что такое порог раздражения?
1. Функциональные изменения в ткани при ее возбуждении.
2. Наибольшая сила раздражителя, необходимая для возникновения возбуждения.
3. Наименьшая сила раздражителя, необходимая для возникновения возбуждения.
4. Правильный ответная реакция ткани на раздражитель, равный удвоенной реобазе.

Правильный ответ 3.

Вопрос 4: Закон градиента (крутизны нарастания) силы раздражителя?
1. Чем круче (быстрее) нарастает сила раздражителя, тем ниже порог раздражения и больше правильный ответная реакция ткани.
2. Чем круче (быстрее) нарастает сила раздражителя, тем быстрее в ткани развивается аккомодация (активные изменения, препятствующие возникновению возбуждения).
3. Чем медленнее нарастает сила раздражителя, тем продолжительность правильный ответной реакции ткани дольше.
4. Чем медленнее нарастает сила раздражителя, тем ниже порог раздражения и меньше правильный ответная реакция ткани.

Правильный ответ 1.

Вопрос 5: Что такое оптимум частоты раздражения?
1. Максимально доступная частота раздражения, при которой фиксируется правильный ответная реакция ткани.
2. Частота раздражения, при которой отмечается наибольшая по длительности фаза абсолютной рефрактерности.
3. Частота раздражения, при которой отмечается наибольшая по величине правильный ответная реакция ткани.
4. Частота раздражения, при которой определяется хронаксия.

Правильный ответ 3.

Вопрос 6: Что такое пессимум частоты раздражения?
1. Минимально доступная частота раздражения, при которой фиксируется правильный ответная реакция ткани.
2. Частота раздражения, превышающая оптимум и вызывающая сниженную правильный ответную реакцию ткани.
3. Частота раздражения, при которой отмечается наибольшая по длительности фаза относительной рефрактерности.
4. Частота раздражения, при которой определяется полезное время раздражения.

Правильный ответ 2.

Вопрос 7: Что понимается под термином лабильность ткани?
1. Наибольшее число потенциалов действия, которое может возникнуть в ткани в единицу времени.
2. Скорость протекания элементарных реакций, которыми сопровождается физиологическая деятельность данной ткани.
3. Интервал времени между отдельными потенциалами действия при раздражении ткани наибольшей частотой раздражения.
4. Способность ткани изменять (трансформировать) частоту раздражений.

Правильный ответ 2.

Вопрос 8: Какая из перечисленных возбудимых структур обладает наибольшей лабильностью?
1. Быстрые мышечные волокна.
2. Нервно-мышечный синапс.
3. Двигательные нервные волокна.
4. Вегетативные нервные волокна.

Правильный ответ 3.

Вопрос 9: Что такое парабиоз?
1. Особая форма сна, в котором человек совершает неконтролируемые действия.
2. Правильный ответная реакция ткани, возникающая при действии оптимальных раздражителей.
3. Правильный ответная реакция ткани, возникающая при действии пессимальных раздражителей.
4. Своеобразное, локальное и обратимое состояние возбуждения, возникающее в ткани в правильный ответ на сильные внешние воздействия.

Правильный ответ 4.

Вопрос 10: Перечислите свойства нервного волокна?
1. Двустороннее проведение возбуждения, высокая скорость проведения возбуждения, быстрая утомляемость, изолированное проведение возбуждения.
2. Двустороннее проведение возбуждения, низкая скорость проведения возбуждения, практическая неутомляемость, изолированное проведение возбуждения.
3. Одностороннее проведение возбуждения, высокая скорость проведения возбуждения, практическая неутомляемость, изолированное проведение возбуждения.
4. Двустороннее проведение возбуждения, высокая скорость проведения возбуждения, практическая неутомляемость, изолированное проведение возбуждения.

Правильный ответ 4.

Вопрос 11: Мышца, закрепленная в вертикальном положении, сокращается без груза. Чему в таком случае равна внешняя работа, совершаемая мышца?
1. Нулю.
2. Произведению веса мышцы на высоту сокращения.
3. Половине произведения веса мышцы на высоту сокращения.
4. Удвоенной величине произведения веса мышцы на высоту сокращения.

Правильный ответ 1.

Вопрос 12: Чему соправильный ответствует величина максимальной силы мышцы?
1. Максимальному грузу, который мышца может поднять.
2. Грузу, который мышца может поднять наибольшее число раз.
3. Половине максимального груза, который мышца может поднять.
4. Грузу, который мышца может удержать, не растягиваясь при этом.

Правильный ответ 4.

Вопрос 13: За счет чего регулируется сила мышечных сокращений?
1. За счет изменения скорости сокращения мышцы.
2. За счет регуляции числа активных мышечных волокон.
3. За счет изменения груза, который мышца поднимает.
4. За счет регуляции числа активных мышечных волокон, изменения частоты нервных импульсов и синхронизации работы отдельных мышечных волокон.

Правильный ответ 4.

Тема: «Нервная система»

Вопрос 1: В какой части нейрона возникает потенциал действия?
1. Дентрит.
2. Аксон.
3. Аксонный холмик.
4. Синапс.

Правильный ответ 3.

Вопрос 2: Нейрон, передающий информацию из ЦНС к рабочим органам, называется?
1. Вставочным.
2. Афферентным.
3. Эфферентным.
4. Промежуточным.

Правильный ответ 3.

Вопрос 3: Особенностями проведения возбуждения в химических синапсах являются?
1. Двустороннее, замедленное.
2. Одностороннее, замедленное.
3. Двустороннее, ускоренное.
4. Одностороннее, ускоренное.

Правильный ответ 2.

Вопрос 4: Соматической нервной системой называется?
1. Центральная нервная система.
2. Периферическая нервная система.
3. Часть нервной системы, иннервирующая внутренние органы.
4. Часть нервной системы, иннервирующая скелетную мускулатуру.

Правильный ответ 4.

Вопрос 5: Действие тормозного медиатора (ГАМК) на постсинаптическую мембрану проявляется в:
1. незначительном увеличении проницаемости для ионов $К^+$, что приводит к увеличению поляризации мембраны.
2. незначительном увеличении проницаемости для ионов Na^+, что приводит к увеличению поляризации мембраны.
3. незначительном увеличении проницаемости для ионов $К^+$, что приводит к деполяризации мембраны.
4. незначительном увеличении проницаемости для ионов Na^+, что приводит к деполяризации мембраны.

Правильный ответ 1.

Вопрос 6: Выберите правильную последовательность движения нервного импульса по рефлекторной дуге:
1. рецептор → эфферентный нейрон → ЦНС → афферентный нейрон → рабочий орган.
2. рецептор → афферентный нейрон → эфферентный нейрон → рабочий орган.
3. ЦНС → афферентный нейрон → эфферентный нейрон → рабочий орган.
4. рецептор → афферентный нейрон → ЦНС → эфферентный нейрон → рабочий орган.

Правильный ответ 4.

Вопрос 7: Особенностями распространения возбуждения в ЦНС **НЕ являются**:
1. иррадиация.
2. инертность.
3. конвергенция.
4. циркуляция.

Правильный ответ 2.

Вопрос 8: Способность нервных центров к перестройке функциональных свойств называется:
1. утомляемость.
2. фоновая активность.
3. пластичность.
4. доминанта.

Правильный ответ 3.

Вопрос 9: Пресинаптическое торможение развивается в синапсах:
1. аксо-аксонных.
2. аксо-соматических.
3. сомато-соматических.
4. дендро-дендритных.

Правильный ответ 1.

Вопрос 10: Свойствами доминантного очага **НЕ является**:
1. инертность.
2. способность к суммации раздражителей.
3. тетанус.
4. повышенная возбудимость.

Правильный ответ 3.

Вопрос 11: К двигательным рефлексам спинного мозга относятся:
1. сгибательные и разгибательные рефлексы конечностей, вегетативные рефлексы.
2. позные рефлексы конечностей, сгибательные и разгибательные рефлексы конечностей, ориентировочный рефлекс.
3. позные рефлексы конечностей, ритмические рефлексы конечностей, условные рефлексы второго порядка.
4. сгибательные и разгибательные рефлексы конечностей, позные рефлексы конечностей, ритмические рефлексы конечностей.

Правильный ответ 4.

Вопрос 12: Функциями продолговатого мозга являются:
1. регуляция дыхания и тонуса сосудов.
2. регуляция тонуса скелетных мышц.
3. регуляция работы органов пищеварения.
4. все правильный ответы верны.

Правильный ответ 4.

Вопрос 13: Функциями продолговатого мозга являются:
1. осуществление ориентировочного рефлекса, участие в регуляции тонуса скелетных мышц, регуляция движения глаз.
2. регуляция тонуса сосудов, осуществление ориентировочного рефлекса.
3. регуляция тонуса сосудов, регуляция дыхания, регуляция движения глаз.

4. регуляция движения глаз, регуляция дыхания, участие в регуляции тонуса скелетных мышц.

Правильный ответ 1.

Вопрос 14: Функциями мозжечка являются:

1. координация двигательных актов, осуществление сгибательных и разгибательных рефлексов конечностей, распределение мышечного тонуса.
2. координация двигательных актов, распределение мышечного тонуса, поддержание позы и равновесия тела.
3. распределение мышечного тонуса, осуществление ритмических рефлексов конечностей, осуществление сухожильных рефлексов конечностей.
4. поддержание позы и равновесия тела, распределение мышечного тонуса, координация двигательных актов, координация двигательных актов.

Правильный ответ 2.

Вопрос 15: Высшие центры вегетативной нервной системы, регулирующие работу эндокринных желез, внутренних органов, обмен веществ расположены в:

1. продолговатом мозге.
2. гипоталамусе.
3. спинном мозге.
4. все правильный ответы верны

Правильный ответ 2.

Вопрос 16: Какие из перечисленных рефлексов осуществляются с участием продолговатого мозга?

1. Чихательный
2. Сгибательный
3. Шагательный
4. Миотатический (сухожильный)

Правильный ответ: 1

Тема: «Физиологическая характеристика спортивных упражнений»

Вопрос 1: Совокупность непрерывно связанных друг с другом двигательных действий (движений), направленных на достижение определенной цели называется:

1. двигательным актом;
2. двигательной активностью;
3. физическим упражнением;
4. физической работоспособностью.

Правильный ответ 3.

Вопрос 2: По структуре двигательного навыка физические упражнения делятся на:

1. стандартные и ситуационные;
2. циклические, ациклические и смешанные;
3. локальные, региональные и глобальные;
4. силовые, скоростно-силовые и скоростные.

Правильный ответ 2.

Вопрос 3: В каких видах спорта движения относятся к стандартным:

1. плавание, гимнастика;
2. тяжелая атлетика, бег по пересеченной местности;
3. бокс, фехтование;
4. все правильный ответы верны.

Правильный ответ 1.

Вопрос 4: К видам спорта с циклическим характером движений относятся:

1. академическая гребля;
2. спортивная ходьба;
3. плавание;
4. все правильный ответы верны.

Правильный ответ 4.

Вопрос 5: К упражнениям субмаксимальной мощности относятся:

1. плавание на 100-400м;
2. легкоатлетический бег на 3000м;
3. скоростной бег на коньках на 5000м;
4. все правильный ответы верны.

Правильный ответ 1.

Вопрос 6: Сдвиги вегетативных функций достигают предельных величин при выполнении циклических упражнений:

1. максимальной мощности;
2. субмаксимальной мощности;
3. большой мощности;
4. умеренной мощности.

Правильный ответ 3.

Вопрос 7: Основной причиной утомления при циклической работе максимальной мощности является:

1. снижение запасов глюкозы в организме;
2. запредельное утомление вегетативных нервных центров;
3. накопление больших величин кислородного долга;
4. запредельное утомление в двигательных нервных центрах.

Правильный ответ 4.

Вопрос 8: После окончания какой циклической работы наблюдаются максимальные значения молочной кислоты в крови?

1. максимальной мощности;
2. субмаксимальной мощности;
3. большой мощности;
4. умеренной мощности.

Правильный ответ 2.

Вопрос 9: С увеличением длительности циклической работы наблюдается:

1. уменьшение вклада анаэробного механизма энергообеспечения;
2. уменьшение относительных энерготрат;
3. увеличение суммарных энерготрат;
4. все правильный ответы верны.

Правильный ответ 4.

Вопрос 10: «Истинное» устойчивое состояние характеризуется тем, что:

1. потребление кислорода равно кислородному запросу;
2. кислородный запрос равен кислородному долгу;
3. потребление кислорода равно уровню МПК;
4. все правильный ответы верны.

Правильный ответ 1.

Вопрос 11: При каких упражнениях наблюдаются максимальные значения кислородного долга?

1. максимальной мощности;
2. субмаксимальной мощности;
3. большой мощности;
4. умеренной мощности.

Правильный ответ 2.

Вопрос 12: При каких циклических упражнениях наблюдается максимальный вклад анаэробного алактатного механизма энергообеспечения?

1. максимальной мощности;
2. субмаксимальной мощности;
3. большой мощности;
4. умеренной мощности.

Правильный ответ 1.

Вопрос 13: При каких циклических упражнениях ДК достигает максимальных значений?

1. максимальной мощности;
2. субмаксимальной мощности;
3. большой мощности;
4. умеренной мощности.

Правильный ответ 1.

Вопрос 14: Что отражает дыхательный коэффициент (ДК)?

1. ДК - это отношение кислородного долга к кислородному запросу;
2. ДК - это отношение кислородного запроса к кислородному долгу;
3. ДК - это отношение выделенного CO_2 к потребленному O_2;
4. ДК - это отношение потребленного O_2 к выделенному CO_2.

Правильный ответ 3.

Вопрос 15: При каких циклических упражнениях температура тела достигает максимальных значений?

1. максимальной мощности;
2. субмаксимальной мощности;
3. большой мощности;
4. умеренной мощности.

Правильный ответ 4.

Вопрос 16: Для циклических упражнений какой мощности характерны следующие причины утомления: истощение углеводных энергетических ресурсов организма, нарушение водно-солевого баланса, повышение температуры тела?

1. максимальной мощности;
2. субмаксимальной мощности;
3. большой мощности;
4. умеренной мощности.

Правильный ответ 4.

Тема: «Физиологические основы двигательных навыков»

Вопрос 1: Что представляют собой непроизвольные движения?

1. Движения, которые выполняются без участия сознания человека
2. Физиологической основой непроизвольных движений являются безусловные рефлексы
3. Врожденные двигательные акты
4. Все правильный ответы верны

Правильный ответ 4.

Вопрос 2: Что представляют собой произвольные движения?

1. Движения, которые выполняются при участии сознания
2. Безусловно-рефлекторные акты
3. Способность решить двигательную задачу

4. Все правильный ответы верны

Правильный ответ 1.

Вопрос 3: Физиологической основой двигательного навыка является:

1. Иррадиация нервных процессов
2. Динамический стереотип нервных процессов
3. Парабиоз
4. Дифференцировочное торможение двигательных нервных центров

Правильный ответ 2.

Вопрос 4: Укажите правильную последовательность фаз формирования двигательного навыка:

1. Фаза стабилизации и автоматизации - фаза генерализации - фаза концентрации
2. Фаза генерализации - фаза концентрации - фаза стабилизации и автоматизации
3. Фаза концентрации - фаза стабилизации и автоматизации - фаза генерализации
4. Порядок фаз зависит от сложности двигательного навыка

Правильный ответ 2.

Вопрос 5: Для какой фазы формирования двигательного навыка характерна иррадиация процессов возбуждения в ЦНС?

1. Генерализации
2. Концентрации
3. Стабилизации и автоматизации
4. Вообще не характерна

Правильный ответ 1.

Вопрос 6: Какому виду торможения условных рефлексов принадлежит ведущая роль в фазе концентрации?

1. Охранительному
2. Внешнему
3. Дифференцировочному
4. Угасательному

Правильный ответ 3.

Вопрос 7: Стабильность и надежность двигательного навыка, возможность его выполнения без контроля со стороны сознания характерна для:

1. Фазы генерализации
2. Фазы концентрации
3. Фазы стабилизации и автоматизации
4. Вообще не характерна

Правильный ответ 3.

Вопрос 8: Длительность формирования двигательного навыка зависит от:

1. сложности навыка
2. типа высшей нервной деятельности
3. объема двигательной памяти
4. все правильный ответы верны

Правильный ответ 4.

Вопрос 9: Для какой фазы формирования двигательного навыка характерны следующие изменения электромиограммы: большое число активированных скелетных мышц, их продолжительное сокращение, одновременное вовлечение в движение мышц-антагонистов?

1. Фазы генерализации
2. Фазы концентрации
3. Фазы стабилизации
4. Фазы автоматизации

Правильный ответ 1.

Вопрос 10: В какой фазе формирования двигательного навыка ведущее значение играет первая сигнальная система?

1. Фаза генерализации
2. Фаза концентрации
3. Фаза стабилизации
4. Во всех фазах значение одинаковое

Правильный ответ 1.

Вопрос 11: Для двигательного навыка характерно:

1. Угасание при длительных перерывах
2. Сложность его «переделки»
3. Ухудшение при утомлении, наличии сбивающих факторов
4. Все правильный ответы верны

Правильный ответ 4.

Вопрос 12: Физиологическим обоснованием какого принципа обучения двигательному навыку является доминанта?

1. Сознательности
2. Активности
3. Доступности
4. Индивидуализации

Правильный ответ 2.

Вопрос 13: С помощью каких приемов происходит формирование двигательного навыка?

1. Показ и объяснение
2. Постоянное исправление выполняемого движения
3. Использование подготовительных упражнений
4. Все правильный ответы верны

Правильный ответ 4.

Вопрос 14: Какой вид торможения условных рефлексов приводит к ухудшению двигательного навыка при прекращении систематических тренировок?

1. Охранительное
2. Дифференцировочное
3. Угасательное
4. «Условный тормоз»

Правильный ответ 3.

7.2.3. Вопросы к экзамену по общей физиологии

1. Становление физиологии как науки. Методы исследования. Связь с другими науками. Отрасли физиологии. Значение в практике спорта.
2. Возбудимые ткани, их функциональная характеристика.
3. Биоэлектрические явления в возбудимых тканях. Законы раздражения.
4. Мембранный потенциал покоя, его происхождение.
5. Механизм развития потенциала действия.
6. Физиология синапсов.
7. Общая характеристика двигательного аппарата. Морфофункциональная характеристика мышечного волокна.
8. Механизм и энергетика мышечного сокращения.
9. Нервная система: план организации, основные функции.
10. Строение, функция и классификация нейронов.
11. Рефлекторный механизм функционирования нервной системы. Структура рефлекторной дуги и рефлекторного кольца.
12. Понятие о нервном центре. Основные свойства нервного центра.
13. Торможение в ЦНС, его типы и роль. Сеченовское торможение.
14. Координационная деятельность ЦНС, факторы ее обеспечивающие
15. Спинной мозг, его роль в организации двигательных реакций и регуляции вегетативных функций.
16. Основные функции продолговатого мозга.
17. Основные функции среднего и промежуточного мозга.
18. Мозжечок, его роль в поддержании равновесия и регуляции позно-тоноческих реакций. Последствия его повреждения. Кора больших полушарий.
19. Физиологические особенности ВНД. Принципы рефлекторной теории И.П. Павлова

20. Архитектура целостного поведенческого акта.
21. Условно-рефлекторная деятельность. Условные рефлексы, их отличия от безусловных.
22. Механизм формирования и фазы УР.
23. Особенности ВНД человека. 1-я и 2-я сигнальные системы. Учение И.П. Павлова и типах нервной системы. Типы ВНД.
24. Сенсорные системы. Общие принципы строения сенсорных систем, их классификация и функции. Значение деятельности сенсорных систем в спорте.
25. Зрительная сенсорная система, ее значение у человека и общий план организации. Фоторецепция. Основные функциональные характеристики зрения. Значение при спортивной деятельности.
26. Слуховая сенсорная система, механизма восприятия и анализа звуков. Характеристика слуховой чувствительности человека.
27. Вестибулярная сенсорная система, общий план организации. физиологический механизм восприятия положения и движения тела в пространстве. Повышение устойчивости вестибулярной сенсорной системы в процессе спортивной практике.
28. Двигательная сенсорная система, план организации и функции. Классификация и функции проприорецепторов.
29. Кровь (количество, состав). Функции крови.
30. Форменные элементы крови (эритроциты, лейкоциты, тромбоциты).
31. Группы крови, переливание крови.
32. Регуляция системы крови.
33. Изменения в системе крови при мышечной работе.
34. Физиологические свойства сердечной мышцы.
35. Сердечный цикл и его фазовая структура.
36. Механизмы регуляции деятельности сердца.
37. Механизмы регуляции просвета кровеносных сосудов.
38. Показатели кровообращения в покое и при мышечной работе.
39. Роль системы дыхания в организме. Основные этапы дыхания. Внешнее дыхание. Показатели внешнего дыхания в покое и при мышечной деятельности.
40. Газообмен в легких и тканях.
41. Транспорт газов кровью. Кривая диссоциации оксигемоглобина.
42. Дыхательный центр, его структура и локализация.
43. Регуляция системы дыхания.
44. Пищеварение. Функции ЖКТ (желудочно-кишечного тракта). Пищеварение в полости рта. Влияние мышечной работы на пищеварение.
45. Пищеварение в желудке. Состав и свойства желудочного сока. Фазы и механизмы регуляции желудочной секреции.
46. Пищеварение в 12-перстной кишке. Состав и свойства сока поджелудочной железы.
47. Роль печени в пищеварении. Состав, свойства и функции желчи.

48. Гидролиз пищевых веществ в тонком кишечнике. Пищеварение в толстом кишечнике.
49. Всасывание продуктов переваривания пищи в различных отделах пищеварительного тракта.
50. Выделение. Общая характеристика процессов выделения в организме.
51. Морфофункциональная организация и функции почек.
52. Процесс мочеобразования и его фазы (фильтрация и реабсорбция).
53. Регуляция мочеобразования.
54. Функции потовых желез, термическое и эмоциональное потоотделение.
55. Особенности системы терморегуляции. Температура тела человека и ее суточные колебания.
56. Теплопродукция. Теплообразование при работе мышц (начальное и запаздывающее). Теплоотдача, способы отдачи тепла.
57. Понятие об эндокринной системе. Гипофиз, его связи с гипоталамусом. Гормоны гипофиза и гипоталамуса, их роль в регуляции деятельности других органов.
58. Щитовидная железа: гормоны, значение, их роль в обменных процессах.
59. Физиология надпочечников. Роль гормонов коркового и мозгового вещества надпочечников в регуляции функций организма.
60. Поджелудочная железа: роль ее гормонов в регуляции углеводного обмена.

Вопросы к экзамену по спортивной физиологии

1. Физиологические основы классификация физических упражнений.
2. Физиологическая характеристика упражнений максимальной мощности.
3. Физиологическая характеристика упражнений субмаксимальной мощности.
4. Физиологическая характеристика упражнений большой мощности.
5. Физиологическая характеристика упражнений умеренной мощности.
6. Физиологическая характеристика силовых упражнений.
7. Физиологическая характеристика статических усилий.
8. Физиологическая характеристика предстартовых состояний.
9. Физиологическая характеристика процессов врабатывания.
10. Физиологическое обоснование разминки спорте.
11. Физиологическая характеристика устойчивого состояния.
12. Физиологическая характеристика утомления.
13. Физиологические закономерности восстановительных процессов после физической работы.
14. Двигательная память. Ее значение при формировании навыков. Роль афферентации (обратных связей) в формировании двигательных навыков в избранном виде спорта.
15. Динамический стереотип и экстраполяция в спортивных двигательных навыках.
16. Физиологические основы управления произвольными движениями.
17. Фазы формирования двигательного навыка. Роль сенсорных систем, первой и второй сигнальных систем в формировании двигательного

навыка.

18. Физиологические факторы, определяющие силу мышц.
19. Физиологические факторы, определяющие скоростно-силовые качества.
20. Физиологические обоснование методов развития мышечной силы.
21. Физиологическая характеристика быстроты движений.
22. Физиологические факторы, определяющие выносливость.
23. Внешнее дыхание и выносливость.
24. Мышечный аппарат и выносливость.
25. Система крови и выносливость.
26. Сердечно-сосудистая система и выносливость.
27. Анаэробная работоспособность и выносливость.
28. Аэробная работоспособность организма и выносливость.
29. Физиологические обоснование методов развития выносливости.
30. Физиологические механизмы адаптации организма к недостатку кислорода при пониженном барометрическом давлении.
31. Срочный, отставленный в суммарный (кумулятивный) эффекты спортивной тренировки.
32. Физиологическое обоснование пороговых тренирующих нагрузок в спорте.
33. Физиологические основы тренировки юных спортсменов.
34. Физиологическая характеристика величины тренировочных нагрузок.
35. Физиологические особенности спортивной тренировки женщин.
36. Тренировочные эффекты в избранном виде спорта. Обратимость и специфичность тренировочных эффектов.
37. Дезадаптация организма к физическим нагрузкам (обратимость тренировочных эффектов).
38. Тренированность и тренируемостъ.
39. Влияние температуры и влажности воздуха на спортивную работоспособность.
40. Физиологическое понимание спортивной формы и характеристика соревновательного периода.
41. Особенности дыхания и кровообращения у лип пожилого возраста и учет их при занятиях физической культурой.
42. Физиологически характеристика принципа сочетания тренировочных нагрузок с отдыхом (повторность).
43. Особенности сердечно-сосудистой системы у юных спортсменов.
44. Учет паспортного и биологического возраста в процессе физического воспитания.
45. Физиологическое обоснование увеличения и уменьшения тренировочной нагрузки избранном виде спорта.
46. Физиологическая характеристика периодизации спортивной тренировки.
47. Показатели тренированности при дозированной и предельной работе.
48. Физиологическая характеристика оздоровительной физической культуры.
49. Физиологическая характеристика вида спорта, в котором специализируетесь.

50. Физиологическая характеристика спортивного отбора.

Критерии оценки знаний студентов на экзамене

«Отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением студента подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Студент должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь студента должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе студента как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«Удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Студент испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«Неудовлетворительно» - студент не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Рекомендуемая литература (основная):

1. Брук, Т.М. Физиология человека: учебник / Т.М. Брук, А.А. Николаев, З.Н. Прокопюк. – Смоленск: изд. «Принт-Экспресс», 2013. – 522 с.
2. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Электронный ресурс]: учебник / Е.Б. Сологуб, А.С. Солодков .— 10-е изд., испр. и доп. — М.: Спорт, 2022 .— 625 с.: ил. — ISBN 978-5-907225-83-1 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/784821
3. Терехов, П.А. Спортивная физиология в вопросах и ответах: учебное пособие / П.А. Терехов, Т.М. Брук. – Смоленск: ФГБОУ ВО «СГУС»,

2024. – 157 с.
4. Физиология человека: Учебное пособие / Н.В. Осипова, Т.М. Брук, Ю.В. Губина. – Смоленск: изд. ФГБОУ ВО СГУС, 2025. – 203 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная):

1. Балезина, О. П. Физиология: биопотенциалы и электрическая активность клеток: учебное пособие для вузов / О. П. Балезина, А. Е. Гайдуков, И. Ю. Сергеев. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 165 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04264-1. — URL: https://urait.ru/bcode/491859
2. Богданов, А. В. Физиология центральной нервной системы и основы адаптивных форм поведения : учебник для вузов / А. В. Богданов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 351 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11381-5. — URL :https://urait.ru/bcode/495760
3. Григорьева, Е. В. Возрастная анатомия и физиология : учебное пособие для вузов / Е. В. Григорьева, В. П. Мальцев, Н. А. Белоусова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11443-0. — Режим доступа: https://urait.ru/bcode/494027
4. Интегральные системы организма: учебное пособие в вопросах и ответах / Под ред. Т.М. Брук, В.А. Правдивцев. – Смоленск: изд. ФГБОУ ВО «СГАФКСТ», 2019. – 370 с.
5. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт : учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 141 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09793-1. — Режим доступа: https://urait.ru/bcode/490267
6. Ковалева, А. В. Нейрофизиология, физиология высшей нервной деятельности и сенсорных систем : учебник для вузов / А. В. Ковалева. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 365 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00350-5. — URL :https://urait.ru/bcode/489228
7. Ковалева, А. В. Физиология высшей нервной деятельности и сенсорных систем : учебник для вузов / А. В. Ковалева. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 183 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01206-4. — URL :https://urait.ru/bcode/491287
8. Ляксо, Е. Е. Возрастная физиология и психофизиология : учебник для вузов / Е. Е. Ляксо, А. Д. Ноздрачев, Л. В. Соколова. —Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 396 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00861-6. — Режим доступа: https://urait.ru/bcode/489156
9. Мишин, А. С. Нормальная физиология: полный курс к экзамену : учебное пособие : / А. С. Мишин; Научная книга. – 2-е изд. – Саратов : Научная книга, 2020. – 351 с. – Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=578512
10. Физиология висцеральных систем организма: учебное пособие в вопросах

и ответах / под ред. Т.М. Брук, В.А. Правдивцева. – Смоленск: ООО «Принт-Экспресс», 2020. – 195 с.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

Интернет-источники:

1. http://sportfiction.ru/books/ - спортивная электронная библиотека, которая содержит электронные версии книг, периодических изданий, популярные и научные статьи.
2. Общероссийская общественная организация «Российская ассоциация по спортивной медицине и реабилитации больных и инвалидов» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: https://sportmed.ru

Электронные библиотеки

1. Электронно-библиотечная система «Национальный цифровой ресурс Руконт». – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/
2. http://www.elibrary.ru - eLIBRARY.RU (Научная электронная библиотека) - крупнейший российский информационно-аналитический портал.

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Студентам при освоении курса дисциплины «Физиология человека» следует обратить особое внимание на усвоение трудных физиологических понятий. Причем, следует сделать этого в самом начале освоения курса. Так как изложение всего курса базируется именно на этих понятиях, и их непонимание серьезно осложнит дальнейшее освоение курса.

Далее студентам следует усвоить основные понятия по важнейшим разделам дисциплины:

По разделу “Физиология возбудимых тканей”. При изучении этой главы курса необходимо приступить к детальному рассмотрению структуры двигательного аппарата и процессов, обеспечивающих его функционирование. Особое внимание следует уделять вопросам, связанным с механизмом мышечного сокращения, с формами сократительного процесса. Усвоение этого материала требует четкого представления о строении мышцы, сущности процесса возбуждения, функционирования нервно-мышечного синапса, электро-механическом сопряжении.

По разделу “Физиология центральной нервной системы”. При изучении данного раздела, прежде всего, необходимо составить четкое представление о рефлекторном механизме деятельности ЦНС и структуре рефлекторной дуги. Следует также значительное внимание уделить структуре и функционированию возбуждающих и тормозных нейронов и синапсов. Изучив механизмы синаптической передачи легче усвоить вопросы, связанные с функциями нейронов, механизмами торможения в ЦНС, свойствами нервных центров, координации деятельности отдельных нервных центров. При изучении функций различных отделов ЦНС следует уделить особое внимание локализации двигательных центров, организации двигательной деятельности, а также механизмам взаимодействия разных отделов ЦНС (интегративная деятельность ЦНС). Значительное время следует уделить изучению особенностей строения и функционирования вегетативной нервной системы.

По разделу “Высшая нервная деятельность”. Следует особое значение уделить биологическому значению условных рефлексов, механизмам и условиям образования условных рефлексов. Важной частью учения о ВНД являются вопросы о торможении условно-рефлекторной деятельности. Следует уделить особое внимание значению внешнего и внутреннего торможения при организации двигательной деятельности. Специального внимания требует вопрос о динамическом стереотипе. Необходимо научиться связывать организацию двигательной деятельности человека с системами реакций, цепями рефлексов, протекающих в определенной последовательности. Важным для работы специалиста в области ФК и спорта является учение о типах высшей нервной деятельности и сигнальных системах.

По разделу “Физиология сенсорных систем”. При изучении данного раздела дисциплины необходимо составить представление о строении и функциях сенсорных систем, об основных механизмах деятельности отдельных сенсорных систем, их приспособлении к изменяющимся условиям среды, значении сенсорных систем для организации двигательной деятельности.

По разделу “Система крови”. Для понимания важности системы крови для организма необходимо, прежде всего, усвоить состав и функции крови. Здесь же следует хорошо усвоить сущность понятия “гомеостаз”. При изучении состава и функций крови следует обратить особое внимание на значение отдельных форменных элементов, компонентов плазмы крови для обеспечения потребностей организма при выполнении физической работы.

По разделу “Физиология кровообращения”. Приступая к изучению этого раздела, необходимо четко представлять себе строение сердца и кровеносной системы. При изучении вопроса о сердечном цикле следует рассмотреть в деталях его фазовую структуру, обратив внимание на изменение длительности фаз систолы и диастолы при мышечной деятельности. Большое внимание следует уделить вопросам производительности сердца и перераспределения кровотока в покое и при мышечной работе. Наиболее сложными являются вопросы регуляции кровообращения. Для их усвоения необходимо иметь четкое представление о значении регуляции функций в организме, о различных механизмах регуляции (нервно-рефлекторном, гуморальном) и их взаимодействии. Следует хорошо усвоить сущность понятия “рефлексогенные зоны” и их значение для регуляции кровообращения. Особое внимание следует уделить вопросам кровообращения при физической работе.

По разделу “Физиология дыхания”. При изучении данного раздела дисциплины необходимо получить ясное представление о дыхании как совокупности процессов, в результате которых организм потребляет кислород и выделяет углекислый газ. Необходимо подробно рассмотреть вопросы переноса кислорода и углекислого газа. При изучении регуляции дыхания следует составить ясное представление о механизмах поведенческой и гомеостатической регуляции дыхания, представлять структуру и особенности функционирования дыхательного центра. К изучение последней части раздела, рассматривающей дыхание при физической работе, можно приступать лишь хорошо усвоив весь предыдущий материал. Прежде всего следует четко усвоить понятие “кислородный запрос”. Затем следует уяснить за счет каких изменений в работе системы дыхания, и за счет каких механизмов происходит его удовлетворение. Здесь же следует обратить пристальное внимание на важнейшие понятия “ кислородный потолок” и ”кислородный долг”.

По разделу “Физиология пищеварения”. При изучении деятельности различных отделов пищеварительного тракта надо составить себе ясное представление о связи между ними. Уяснить себе, что точное

приспособление работы органов пищеварения к условиям внешней среды и главным образом к составу и количеству принимаемой пищи обеспечивается сложными механизмами нервно-гуморальной регуляции их деятельности. Следует также внимательно рассмотреть вопрос о влиянии мышечной работы на деятельность пищеварительных органов.

По разделу “Обмен веществ и энергии”. В этом разделе следует особое значение уделить значению обмена веществ, являющегося одним из основных условий жизни. Важно также осознать наличие тесной связи между обменов веществ и энергии. Для практической работы специалистов в области ФК и спорта имеют важное значение вопросы определения энерготрат. Необходимо внимательно изучить вопросы , связанные с калорическим эквивалентом кислорода и дыхательным коэффициентом.

По разделу “Физиология выделения”. При изучении этого раздела особое внимание нужно уделить роли выделительных процессов в поддержании постоянства внутренней среды организма. Необходимо также внимательно изучить вопросы регуляции работы почек и потовых желез и влияния на их деятельность мышечной работы.

По разделу “Терморегуляция”. При работе над этим разделом следует иметь в виду, что температуры тела зависит соотношения двух процессов – теплообразования и теплоотдачи. Следует также уяснить, что существуют границы терморегуляция, что при выходе за пределы возможностей системы терморегуляции возникает либо охлаждение организма (гипотермия), либо его перегревание (гипертермия). Особое внимание надо обратить на регуляцию температуры тела при мышечной деятельности и влиянии на эти процессы метеорологических условий.

По разделу “Железы внутренней секреции”. Содержание данного раздела имеет непосредственное отношение к вопросам гуморальной регуляции функций различных систем организма. Поэтому следует составить представление о взаимодействии гуморальных и нервно-рефлекторных механизмов регуляции систем организма. Получив ясное представление об общих закономерностях работы желез внутренней секреции и их значении для организма, можно приступать к изучению деятельности отдельных желез. Следует уяснить характер изменений, происходящих в организме, при гипофункции (сниженной секреции гормонов) и гиперфункции (увеличенной секреции) той или иной железы. Особое внимание нужно уделить вопросу о влиянии желез внутренней секреции на физическую работоспособность человека и на протекание процессов адаптации к напряженным физическим нагрузкам.

Студентам при освоении раздела “Спортивная физиология” следует помнить, что излагаемый материал базируется на основе сведений и понятий, рассмотренных в курсе дисциплины “Физиология человека”. Далее студентам следует усвоить основные понятия по важнейшим разделам дисциплины:

По разделу “Физиологические основы классификации и характеристика спортивных упражнений”. При изучении данного раздела, прежде всего, необходимо составить четкое представление о специфическом влиянии каждого вида физических упражнений на организм человека. Получив ясное представление о принципах классификации спортивных упражнений, следует приступить к их физиологическому анализу. При этом целесообразно придерживаться следующего плана: вначале выяснить, какие требования предъявляет к организму (его отдельным системам) то или иное упражнение, далее следует выяснить, какие из этих требований организм человека способен выдержать. В заключение следует усвоить большой конкретный материал о работе разных систем организма при выполнении соответствующих спортивных упражнений.

По разделу “Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности”. Материал этого раздела отражает физиологические изменения, происходящие в организме с момента подготовки к работе спортивного характера до окончания отдыха после нее. Студентам следует уделить особое внимание на физиологическую характеристику состояний организма: предстартовых состояний, врабатывания, устойчивых состояний, утомления и восстановления. Специального внимания следует уделить характеристике состояний при занятиях избранным видом спорта. Также особое внимание следует уделить физиологическому анализу разминке.

По разделу “Физиологические основы двигательных навыков”. При изучении данного раздела дисциплины необходимо составить представление об условно-рефлекторной природе двигательных навыков, о стереотипном протекании нервных процессов при выполнении навыков. Следует уделить большое внимание фазам формирования двигательных навыков, особенно на примере избранного вида спорта. Большое внимание следует уделить физиологической характеристики педагогических принципов обучения технике спортивных движений.

По разделу “Физиологические механизмы развития физических качеств”. Приступая к изучению этого раздела, необходимо четко представлять себе характеристику двигательных (физических) качеств. При изучении различных двигательных качеств (которые тесно связаны между собой, но рассматриваются изолированно одно от другого) следует придерживать определенного плана, облегчающего анализ и усвоение материала. Вначале целесообразно провести анализ физиологических факторов, от которых зависит проявление двигательного качества. Далее следует усвоить физиологическую характеристику методов развития данных качеств. И, наконец, в заключение следует постараться проанализировать методы развития физических качеств в избранном виде спорта.

По разделу “Физиологические механизмы адаптации организма в процессе спортивной тренировки”. При изучении этой главы курса необходимо приступить к детальному рассмотрению структуры

функциональных резервов организма человека. Особое внимание следует уделять вопросам, связанным с особенностями протекания процессов адаптации человека к большим физическим нагрузкам. Усвоение этого материала требует четкого представления о стадиях процесса адаптации к физическим нагрузкам, формировании системного структурного следа в организме и цене адаптации.

По разделу “Физиологические основы спортивной тренировки”. При изучении данного раздела дисциплины необходимо получить ясное представление о классификации тренировочных нагрузок по специфичности, энергетической направленности, координационной сложности и величине. Далее следует усвоить физиологическую характеристику компонентов тренировочных нагрузок. В заключение необходимо разобрать физиологическое обоснование принципов спортивной тренировки.

По разделу “Спортивная работоспособность в особых условиях внешней среды”. При изучении данного раздела серьезное внимание необходимо уделить влиянию факторов внешней среды (температура и влажность, величина барометрического давления) на уровень спортивной работоспособности. Далее следует представить функциональные изменения в организме, возникающие при длительной тренировке в особых условиях внешней среды.

По разделу “ Физиологические основы оздоровительной тренировки”. При работе над этим разделом следует иметь в виду характеристику образа жизни современного человека. Особое внимание надо обратить на физиологическое обоснование критериев здоровья. Далее следует усвоить механизмы оздоровительного влияния физических упражнений на организм людей разного возраста, влияние занятий физическими упражнениями на умственную работоспособность.

По разделу “Физиологические основы тренировки, спортивной ориентации и отбора юных спортсменов”. В первую очередь при изучении данного раздела необходимо усвоить особенности функциональных изменений у юных спортсменов при выполнении различных физических упражнениях. Следует также внимательно изучить возрастные особенности формирования навыков и развитие двигательных качеств, сроки “сенситивных периодов” в развитии отдельных качеств. В заключение следует рассмотреть физиологическое обоснование спортивной ориентации и отбора в избранном виде спорта.

По разделу “Физиологические основы спортивной тренировки женщин”. При изучении этого раздела особое внимание нужно уделить особенностям женского организма. Обратить внимание на особенности двигательных и вегетативных функций и развития физических качеств у женщин. Необходимо также внимательно изучить вопросы, связанные с влиянием на спортивную работоспособность женщин различных фаз овариально-менструального цикла.

Методические рекомендации по написанию контрольных работ

Контрольные работы представляется преподавателю в рукописном виде, объем работы не менее 25 листов. Контрольные работы должны быть оформлены соответственно следующим требованиям:

1. Титульный лист (с указанием названия учебного заведения, факультета, курса, группы и ФИО студента, № зачетной книжки студента, ФИО преподавателя).
2. План (вопросы контрольной работы).
3. Рассматриваемые вопросы.
4. Список использованной литературы.

Номера вопросов для написания контрольной работы по первой части дисциплины “Физиология человека” (Общая физиология) определяются по специальной таблице. В таблице представлены номера вопросов в соответствии с последними цифрами зачетной книжки студентов факультета заочного обучения. Каждый студент отвечает на 10 вопросов.

При написании контрольной работы по разделу «Спортивная физиология» студенты отвечают на 16 вопросов по избранному виду спорта.

Контрольные работы сдаются преподавателю для проверки в начале экзаменационной сессии.

Вопросы для подготовки контрольной работы по разделу «Общая физиология»:

1. Общая характеристика сенсорных систем и их основные свойства.
2. Классификация сенсорных систем, общие закономерности их деятельности.
3. Зрительная сенсорная система и особенности ее функционирования.
4. Рецепторы света в сетчатке. Темновая и световая адаптация. Центральное и периферическое зрение. Поле зрения.
5. Двигательная сенсорная система и ее значение для координации движении и пространственного восприятия внешнего мира.
6. Вестибулярная сенсорная система и особенности ее функционирования.
7. Моторные и вегетативные рефлексы, возникающие при раздражении рецепторов вестибулярного аппарата. Функциональная устойчивость вестибулярной сенсорной системы.
8. Слуховая сенсорная система и особенности её функционирования.
9. Физиологический механизм восприятия звука. Восприятие направления звука.
10. Значение сенсорных систем в спорте.
11. Строение коры больших полушарий головного мозга и её функции.
12. Назвать методы изучения функций коры больших полушарий и подробно рассказать об электроэнцефаллографии.
13. Условные рефлексы. Механизм и условия их образования.
14. Учение И. П. Павлова о I и II сигнальных системах. Особенности условных рефлексов I и II сигнальных систем и взаимодействие между ними.

15. Значение торможения в условнорефлекторной деятельности и его виды (внешнее, запредельное, виды внутреннего торможения).
16. Взаимная индукция возбудительного и тормозного процессов в коре больших полушарий головного мозга. Виды индукции.
17. Типы высшей нервной деятельности и учет их при занятиях спортом.
18. Развитие высшей нервной деятельности у детей и подростков. Учёт особенностей их высшей нервной деятельности при занятиях спортом.
19. Виды условных рефлексов.
20. Понятие о динамическом стереотипе.
21. Состав и функции крови. Количество крови в организме, депо крови. Изменение количества циркулирующей крови при мышечной деятельности.
22. Эритроциты (форма, размер, состав, количество и функции). Изменение количества эритроцитов при мышечной деятельности. Гемолиз и его виды. Скорость оседания эритроцитов (СОЭ). Агглютинация эритроцитов, группы крови и их определение. Значение резус-фактора.
23. Гемоглобин и его функции. Кислородная емкость крови в покое и при мышечной деятельности.
24. Оксигенация крови в покое и при мышечной работе, и при задержке дыхания. Оксигемограмма, ее фазы.
25. Виды лейкоцитов, лейкоцитарная формула, функции лейкоцитов и миогенный лейкоцитоз (фазы миогенного лейкоцитоза).
26. Тромбоциты и их значение. Процесс свертывания крови.
27. Плазма крови. Органические и неорганические вещества плазмы. Белки и минеральные вещества плазмы и их значение.
28. Физико-химические свойства и буферные системы крови, значение поддержания постоянства состава и физико-химических свойств крови.
29. Изменение физико-химических свойств крови при мышечной деятельности. Защитные реакции крови.
30. Общая характеристика возрастных изменений в организме. Возрастная периодизация. Возрастные особенности системы крови.
31. Регуляция функционального состояния сосудов (гуморальная регуляция, рабочая гиперемия).
32. Основные физиологические свойства сердца (автоматия, возбудимость, сократимость, проводимость).
33. Фазы сердечного цикла. Роль клапанов сердца.
34. Показатели кровообращения в покое и при мышечной работе (пульс, систолический объём крови, минутный объём крови). Объёмная и линейная скорости кровотока в различных отделах сосудистой системы и скорость кругооборота крови в покое и при работе.

35. Электрические процессы в сердце. Электрокардиограмма, ее изменения при мышечной деятельности. Механические и звуковые явления при сокращении сердца.
36. Методы исследования сердечно-сосудистой системы человека. Фазовый анализ сердечной деятельности.
37. Артериальное кровяное давление и факторы, его определяющие. Изменение артериального давления при мышечной деятельности.
38. Рефлекторная регуляция деятельности сердца и просвета сосудов.
39. Возрастные особенности становления сердечно-сосудистой системы и ее адаптация к физическим нагрузкам.
40. Роль коры больших полушарий в регуляции деятельности сердца и просвета кровеносных сосудов.
41. Внешнее и внутреннее дыхание. Показатели внешнего дыхания (частота, глубина, легочная вентиляция) в покое и при мышечной деятельности.
42. Механизм вдоха и выдоха. Причины перемещения воздуха при дыхательных движениях.
43. Общая и жизненная емкость легких. Компоненты жизненной емкости легких.
44. Обмен газов между легкими и кровью. Значение парциального давления.
45. Перенос с кровью кислорода. Кривая диссоциации оксигемглобина.
46. Нервная и рефлекторная регуляция дыхания.
47. Роль коры больших полушарий мозга в регуляции дыхания.
48. Кислородный запрос, кислородное потребление и кислородный долг в покое и при мышечной работе.
49. Перенос кровью углекислого газа.
50. Возрастные особенности системы дыхания и ее адаптация к физическим нагрузкам.
51. Обмен веществ, как основное свойство живой материи. Ферменты - биологические катализаторы обмена веществ.
52. Белки и их значение для организма. Суточная потребность в белках у спортсменов.
53. Биологическая ценность белков. Понятие об азотистом равновесии.
54. Углеводы, их значение при мышечной деятельности и суточная потребность для спортсменов.
55. Жиры и их значение для организма. Суточная потребность для спортсменов.
56. Значение воды и солей для организма, суточная потребность в воде.
57. Витамины, их роль в жизнедеятельности организма.
58. Понятие об основном обмене и факторах, влияющих на его уровень.
59. Методы определения расхода энергии и использование в спорте. Расход энергии при различных видах мышечной деятельности.
60. Возрастные изменения обмена веществ и энергии в покое и при работе.
61. Значение работ И. П. Павлова в области пищеварения. Пищеварение в ротовой полости. Механизм выделения слюны.

62. Пищеварение в желудке. Желудочный сок и его ферменты. Сложно-рефлекторная, желудочная и кишечная фазы выделения желудочного сока, его ферменты.
63. Пищеварение в 12-перстной кишке. Поджелудочная железа и ее роль в пищеварительном процессе. Механизм выделения поджелудочного сока, его ферменты.
64. Функции печени. Роль печени в пищеварении.
65. Пищеварение в тонких кишках. Кишечный сок и его ферменты. Механизм деятельности желез тонкого кишечника.
66. Двигательная деятельность желудка. Длительность пребывания пищевых масс в желудке. Механизм их эвакуации в 12-перстную кишку.
67. Желчь и ее значение для пищеварения. Образование и выделение желчи.
68. Процессы всасывания в разных отделах пищеварительного тракта.
69. Влияние мышечной деятельности на пищеварительные процессы.
70. Основные органы выделения и их функции.
71. Механизм мочеобразования.
72. Потовые железы и их функции. Состав пота.
73. Деятельность почек и потовых желез при мышечной работе.
74. Значение терморегуляции в организме человека. Теплообразование и механизм теплоотдачи.
75. Температура тела человека и ее суточные колебания. Особенности теплообмена при мышечной работе. Закаливание.
76. Гормоны мозгового и коркового слоев. Надпочечники и их функции. Общий адаптационный синдром.
77. Внутрисекреторная функция поджелудочной железы. Значение инсулина в углеводном обмене.
78. Гипофиз, его гормоны и их значение.
79. Роль гормонов в адаптации организма к мышечной деятельности.
80. Учение А. А.Ухтомского о доминанте. Основные черты доминанты.
81. Рефлекс как основной акт нервной деятельности. Основные принципы рефлекторной теории. Рефлекторная дуга и ее звенья. Понятие о рефлекторном кольце.
82. Виды рефлексов.
83. Свойства нервных центров (особенности проведения возбуждения через нервные центры).
84. Торможение в центральной нервной системе (Опыт И.М. Сеченова). Возрастное, пресинаптическое, постсинаптическое торможение.
85. Функции спинного мозга и его рефлекторные центры Функции промежуточного мозга.
86. Функции продолговатого мозга. Шейные и лабиринтные рефлексы.
87. Роль красных ядер среднего мозга в регуляции мышечного тонуса.
88. Функции мозжечка. Роль мозжечка в регуляции мышечного тонуса.
89. Функции симпатического и парасимпатического отделов вегетативной нервной системы. Влияние симпатической иннервации на

работоспособность скелетных мышц (феномен Орбели-Геницинекого).

90. Свойства нервного волокна.
91. Электрические явления в мышцах (мембранный потенциал и потенциал действия). Методы исследования потенциала действия в спорте (электромиография).
92. Проведение возбуждения через синапс, ионная теория возбуждения.
93. Изменение возбудимости ткани при прохождении волны возбуждения.
94. Законы раздражения (силы, длительности, градиента). Понятие о реобазе и хронаксии.
95. Оптимум и пессимум силы частоты раздражения. Парабиоз и его стадии.
96. Лабильность ткани. Изменение лабильности по ходу деятельности ткани и ее значение для конечного рабочего результата (явление усвоения ритма).
97. Механизм и энергетика мышечного сокращения мышц.
98. Одиночное и тетаническое сокращение мышц. Виды тетануса.
99. Работа мышц и ее механическая эффективность (закон средних нагрузок и оптимальных скоростей).
100. Максимальная, абсолютная и относительная сила мышц.

Предпоследняя цифра зачетной книжки						
		0	1	2	3	4
Последняя цифра	0	10,20,30,40 50,60,70,80 90,100	8,18,28,38 48,58,68,78, 88,98	9,19,29,39, 59,69,79,89, 49,99	2,12,22,32, 42,52,62,72, 82,92	7,17,27.37, 47,57,07,87 77,97
	1	1,15,21,39 42,52,69,78 83,98	9, 14, 24, 31 40,60,67,73 82,96	10,18,30,35 41,52,68,74, 83,97	3,14,28,31 51,43.63,74 85,95	8,20,24,31 43,55,68,72 87,94
	2	2,18,22,38, 41,53,68,79 84,99	10,16,20,34 41,52,66,75 83,97	1,19,30,31 48,52,65,73 84,99	4,15,29,32 40,51,63,76 87,98	9,19,21,35 47,56,63,80 84,92
	3	3,15.24,37 44,51,67.74 85,100	1,16,24,36 44,53,60,75 87,98	2,16,25,34 42,51,66,75 87,93	5,15,27,38 49,54,63.72 87,100	10,11,25,34 43,52,66,75 84,99
	4	4,17,23,36 43,50,65,75 86,98	2,15,25,33 41,54,66,77 84,99	3,14,30,37 50,53,66,78 82,97	6,17,28,39 41,52,63,74 85, 96	1,14,23,35 44,52,66,77 90,100
	5	5,18,26,34 46,54,66,77 89,91	3,12,23,38 50,53,61,72 81,100	4,19,24,31 44,60,65,72 83,96	7,18,29,31 42,53,64,75 90,99	2,17,26,31 42,53,64,71 85,98
	6	5,20,25,34 40,58,64,76, 88,93	4,20.30,35 44,52,61,73 87,99	5,14,26,40 41,52,63,77 84,96	8,11,22,33 44,55,66,77 88,99	3,20,21,40 42,51,64,75 80,96
	7	7,13,28,33 49:56,63,71 82,94	5.13.30.31 42,53,70,71 84,96	6,19,23,34 4o,51,62,72 85,94	9,18.20,31 42,53,64,75 86,97	4,11.30.32 44,53,63,75 90,97
	8	8. 13.29. 32 47,59,65,72, 81,95	6,14,25.40 41,54,63.75 . 82,100	7,12.27.32 41,60,62,74 81,93	9,10,28,37 46,55,64,73 82,91	5,12,21.34 42,60,53,76 87,93

	9	9,14,30,31,48, 57,61,73 87,96	7,11,25,35,42 51,70,73 84,98	8,12,30,33, 48,51,64,76, 89 97	5, 12, 23. 34 40,56,67,72 88 99	6,12,25,31 42,53,64.77 89,100
		5	6	7	8	9
Последняя цифра	0	1,11,21,31 41,51,61,71 81,91	6,16,26,36 46,56,66,76 86,96	5,15,25,35 45,55,65,75 85,95	4,14,24,34 44,54,64,74 84,94	3,13,23,33 43,53,63,73 83,93
	1	10,12,29,32, 50,53,69,73, 84,99	7, 14, 21, 32, 44, 53, 61, 77, 90, 95	6, 12, 24, 32, 45, 57, 61, 73, 88, 100	5, 14, 27, 38, 43, 51, 62, 78, 86, 97	4, 16, 23, 31, 42, 53, 64, 75, 86, 97
	2	9, 13, 28, 40, 49, 54, 68, 74, 82, 95	8, 19, 22, 33, 45, 54, 62, 80, 81, 97	7, 19, 22, 34, 41, 55, 67, 74, 86, 98	6, 11, 28,37, 42,53,66,78,89, 100	5,18,21,32,43, 54,61,78,87, 100
	3	8,14,27,34,48, 55,66,72,87, 100	9,20,24,37,43, 52,64,79,88, 100	8,17,21,36,41, 60,64,73,85,99	7,20,22,34,49, 58,66,71,84,95	6,15,26,37,42, 54,68,71,83, 99
	4	7,15,26,34,47, 56,67,75,88,93	10,14,21,36, 42,55,63,80, 82,99	9,14,23,35,44, 57,66,72,81,100	8,13,25,33,44, 56,61,77,89,91	7,11,24,38,50, 52,61,73,89, 100
	5	6,16,25,36,46, 57,65,77,89, 100	1,17,24,35,41, 53,70,76,84, 100	10,19,27,34,43, 52,66,80,89,91	9,13,21,32,44, 57,77,63,85,96	8,12,22,40,47, 51,63,74,85, 96
	6	5,17,26,37,45, 58,64,78,83,92	2,18,22,33,44, 55,61,80,87,99	1,20,24,37,42, 57,61,77,83,95	10,17,23,35,44, 54,68,71,89,97	9,12,26,37,42, 58,64,75,81, 93
	7	4,18,27,38,44, 59,63,79,81,96	3,11,23,37,46, 51,62,75,90,94	2,13,31,23,44, 56,62,77,84,97	3,11,28,33,44, 56,61,72,87,100	10,13,23,37, 48,56,64,77, 81,95
	8	3,19,28,39,43, 60,62,74,88,95	4,14,28,31,42, 53,61,75,86,92	3,14,25,36,44, 52,63,73,88,100	2,19,22,31,42, 56,67,78,81,93	1,14,27,36,43, 58,62,74,82, 100
	9	1,20,28,33,45, 52,69,72,84,97	5,11,25,37,43, 56,62,74,88, 100	4,15,21,33,45, 52,70,77,86,99	1,13,27,32,41, 60,64,75,86,98	2,11,24,35,46, 57,64,72,88, 93

Вопросы для подготовки контрольной работы по разделу «Спортивная физиология»:

1. Избранный вид спорта (ИВС) и его место в классификации физических упражнений.
2. Функциональное состояние ЦНС и сенсорных систем в ИВС.
3. Система крови в ИВС.
4. Система кровообращения в ИВС.
5. Система внешнего дыхания в ИВС.
6. Кислородный запрос и энергетическое обеспечение в ИВС.
7. Соотношения аэробных и анаэробных процессов в ИВС.
8. Особенности выделения и температура тела в ИВС.
9. Особенности врабатываемости в ИВС.
10. Физиологические особенности разминки в I4ВС.
11. Особенности утомления в ИВС.
12. Особенности восстановления в ИВС.
13. Развитие ведущего двигательного качества в ИВС.
14. Факторы повышения работоспособности в ИВС.
15. Физиологические особенности занятий с юными спортсменами в ИВС.
16. Особенности тренировочной работы с женщинами в ИВС.

Критерии оценки контрольной работы

«Зачтено» выставляется студенту, если контрольная работа выполнена в полном объеме, без ошибок или с наличием незначительных.

«Не зачтено» выставляется студенту, если контрольная работа не выполнена в полном объеме и допущены значительные ошибки.

Рекомендуемая литература:

1. Брук, Т.М. Общая физиология: учебное пособие / Т.М. Брук, З.Н. Прокопюк, Т.В. Балабохина – Смоленск: изд. «Смоленская городская типография», 2010. – 335 с.
2. Брук, Т.М. Физиология человека: учебник / Т.М. Брук, А.А. Николаев, З.Н. Прокопюк. – Смоленск: изд. «Принт-Экспресс», 2013. – 522 с.
3. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Электронный ресурс]: учебник / Е.Б. Сологуб, А.С. Солодков .— 10-е изд., испр. и доп. — М.: Спорт, 2022 .— 625 с.: ил. — ISBN 978-5-907225-83-1 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/784821
4. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник для высш. учеб. заведений физ. культуры / Е.Б. Сологуб; А.С. Солодков .— 9-е изд. — Москва : Спорт, 2020 .— 624 с. : ил. — ISBN 978-5-907225-17-6 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641356
5. Балезина, О. П. Физиология: биопотенциалы и электрическая активность

клеток: учебное пособие для вузов / О. П. Балезина, А. Е. Гайдуков, И. Ю. Сергеев. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 165 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04264-1. — URL: https://urait.ru/bcode/491859

6. Богданов, А. В. Физиология центральной нервной системы и основы адаптивных форм поведения : учебник для вузов / А. В. Богданов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 351 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11381-5. — URL :https://urait.ru/bcode/495760
7. Григорьева, Е. В. Возрастная анатомия и физиология : учебное пособие для вузов / Е. В. Григорьева, В. П. Мальцев, Н. А. Белоусова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11443-0. — Режим доступа: https://urait.ru/bcode/494027
8. Интегральные системы организма: учебное пособие в вопросах и ответах / Под ред. Т.М. Брук, В.А. Правдивцев. – Смоленск: изд. ФГБОУ ВО «СГАФКСТ», 2019. – 370 с.
9. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт : учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 141 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09793-1. — Режим доступа: https://urait.ru/bcode/490267
10. Ковалева, А. В. Нейрофизиология, физиология высшей нервной деятельности и сенсорных систем : учебник для вузов / А. В. Ковалева. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 365 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00350-5. — URL :https://urait.ru/bcode/489228
11. Ковалева, А. В. Физиология высшей нервной деятельности и сенсорных систем : учебник для вузов / А. В. Ковалева. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 183 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01206-4. — URL :https://urait.ru/bcode/491287
12. Ляксо, Е. Е. Возрастная физиология и психофизиология : учебник для вузов / Е. Е. Ляксо, А. Д. Ноздрачев, Л. В. Соколова. —Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 396 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00861-6. — Режим доступа: https://urait.ru/bcode/489156
13. Мишин, А. С. Нормальная физиология: полный курс к экзамену : учебное пособие : / А. С. Мишин; Научная книга. – 2-е изд. – Саратов : Научная книга, 2020. – 351 с. – Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=578512

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1.	Лаборатория кафедры №№ 403-404	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения. Количество посадочных мест: для студентов – 10; для преподавателя – 1. Перечень технических средств обучения: 1. Лазерные терапевтические комплексы Калужского медико-технического лазерного центра «Узор 3К», «Узор 3КС» 2. Велоэргометрическое тестирование с использованием велоэргометра «MONARK» В частности, механический велоэргометр «Ergomedic 894EPeak» фирмы «MonarkExerciseAB». 3. Скрининговая оценка функционального состояния организма с использованием АПК «Динамика-100» 4. Стационарный прибор «MetaLyzer 3B-R2», производства компании «CORTEXBiophysikGmbH» и программного приложения «MetaSoft 3» 5. Аппаратно-программный комплекс для топографического картирования электрической активности мозга «НЕЙРО-КМ» 6. Диагностическая система, электрокардиограф SchillerCardiovitCS-200 с принадлежностями; персональный компьютер ПК iRuHome 510 Corei5, МФУ лазерный Samsung ScX-3405/XEV (принтер/сканер/копир), 2 ноутбука Samsung 300E5A 7. Вариабельность сердечного ритма «Варикард 2.52», РОМЕНА г. Москва, программное обеспечение ISCIM. 8. Оценка уровня перфузии кровотока	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, Тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 63393854, продукт Microsoft Windows Professional 8.1 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Sl 8.1 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine, Прикладное ПО, пакет офисных приложений Microsoft Open License, Тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 63393854, продукт Microsoft Office 2013 Russian Academic OPEN 1 License No Level. Антивирусное программное обеспечение – Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License

		и лимфы, механизмов регуляции кровотока, уровня потребления кислорода в митохондриях клетки по концентрации коферментов НАДН и ФАД (ЛАЗМА г. Москва).	номера лицензий: 13C8-180912-095410-983-1101 (12.09.2018); 2304-170922-065924-300-631 (22.09.2017); 1E40-160907-064819-810-433 (07.09.2016) 1B08-150918-015252 (18.09.2015) 1B08-150918-015252 (22.09.2014)
2.	Методический кабинет № 401 – специализированный кабинет для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 6; для преподавателя – 1.	-//-
3.	Аудитория № 420 - помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная одноэлементная 300*130см. Перечень технических средств обучения: Программно-аппаратный образовательный комплекс Тип 4, в составе: интерактивная панель EDFLAT EDF-86UH2.V2 со встроенным модулем OPS i5-10300H/DDR4-8GB/SSD-256GB в комплекте с программным обеспечением (ПО).	-//-
4.	Аудитория № 422 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 22; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная одноэлементная 300*130 см. Перечень технических средств обучения: Программно-аппаратный образовательный комплекс Тип 4, в составе: интерактивная панель EDFLAT EDF-86UH2.V2 со встроенным модулем OPS i5-10300H/DDR4-8GB/SSD-256GB в	-//-

		комплекте с программным обеспечением (ПО).	
5.	Аудитория № 425 - помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 40; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная одноэлементная 300*130см. Перечень технических средств обучения: Программно-аппаратный образовательный комплекс Тип 3, в составе: интерактивная панель EDFLAT EDF-86UH2.V2 со встроенным модулем OPSi7-10850H/DDR4-16GB/SSD-512GB/4K60Hz в комплекте с программным обеспечением (ПО).	-//-

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных

	Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level		приложений

СОГЛАСОВАНО
Ответственный за ОПОП,
заведующая кафедрой туризма
и спортивного ориентирования Васильева З.В.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра АНАТОМИИ И БИОМЕХАНИКИ

Рабочая программа обсуждена
на заседании кафедры

«14» ____мая_____ 2026 г.
Протокол №14
Заведующий кафедрой О.М. Бубненкова
_____

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
_____А. В. Мазурина
«28» ____мая_____ 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

АНАТОМИЯ

основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки: **49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»**

Направленность (профиль программы) «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: заочная

курс – 1
семестр –1, 2
Итоговая форма контроля: зачет, экзамен

Программу разработал:
к.п.н., доцент Чернова В. Н.,
к.п.н., доцент Бубненкова О.М.

Смоленск, 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта ……..……... 3

2. Результаты обучения по дисциплине …… 3

3. Место дисциплины в структуре ОПОП ……..…. 7

4. Объем дисциплины и виды учебной работы ……..…..… 7

5. Содержание дисциплины ……..…. 8

5.1. Количество часов по видам занятий ……...…. 8
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий ……..…...… 9
5.2.1. Содержание лекционных занятий…….……..... 9
5.2.2. Содержание практических занятий…… 13

6. Самостоятельная работа студентов ……..…. 24

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации …..... 31
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины ……..……..….. 31

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы ……. 34
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля……. 34
7.2.2. Тестовые задания по дисциплине ……. 34
7.2.3. Доклад …….…. 35
7.2.4. Устный опрос …….…. 37
7.2.5. Письменная (контрольная) работа …… 38
7.2.6. Вопросы к зачету ...……. 38
7.2.7. Вопросы к экзамену …….…… 42

8. Перечень литературы ……..……..……. 46
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины ……..….. 46
9.1. Электронные библиотечные системы ……. 46
9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы …… 47
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины…….…. 47
11. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины …… 48

1. ВЫПИСКА ИЗ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО СТАНДАРТА

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования 3++по направлению подготовки 49.03.03 утвержден Приказом Минобрнауки России от 19.09.2017, № 943, с изменениями, утверждёнными приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включает:

01 Образование и наука (в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования, в сфере научных исследований);

05 Физическая культура и спорт (в сфере физического воспитания, в сфере физической культуры и массового спорта, спортивной подготовки, в сфере управления деятельностью и развитием физкультурно-спортивной организации).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники могут готовиться к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

Типы задач профессиональной деятельности	**Направленность (профиль)**
Тренерский Педагогический Рекреационно-оздоровительный Организационно-методический Организационно-управленческий Научно-исследовательский	Спортивно-оздоровительный туризм

В результате освоения программы бакалавриата у выпускника должны быть сформированы компетенции:

УК-1 – Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

ОПК-1 – Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.

ОПК-9 – Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.

ПК-3 – способен осуществлять учебно-тренировочный процесс на различных этапах подготовки.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты	Формируемые компетенции

Знать: - Пути достижения образовательных результатов и способы оценки результатов обучения	Педагог А/01.6	УК-1
- Основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики	Педагог А/01.6	ОПК-1
- Теория и технологии учета возрастных особенностей обучающихся	Педагог А/03.6	ОПК-9
-Анатомия человека	Тренер А/03.5	ПК-3
-Анатомия человека	Тренер А/04.5	ПК-3
-Анатомия человека	Тренер В/03.5	ПК-3
-Анатомия человека	Тренер С/02.6	ПК-3
-Анатомия человека	Тренер С/05.6	ПК-3
-Анатомия человека	Тренер D/01.6	ПК-3
-Анатомия человека	Тренер D/02.6	ПК-3
- Положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии, анатомо-морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических психологических параметров человека,	Тренер-преподаватель А/03.6	ОПК-1

правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией, нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности		
Уметь: - Разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знаниях законов развития личности и поведения в реальной виртуальной среде	Педагог А/01.6	УК-1
- Объективно оценивать знания обучающихся на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями детей	Педагог А/01.6	ОПК-1
- Оценивать образовательные результаты: формируемые в преподаваемом предмете предметные и метапредметные компетенции, а также осуществлять (совместно с психологом) мониторинг личностных характеристик	Педагог А/03.6	ОПК-9
-Интерпретировать результаты тестирования уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося и анализа фактических данных и результатов медицинских и психологических наблюдений	Тренер А/03.5	ПК-3
-Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки	Тренер А/04.5	ПК-3
- Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся	Тренер В/03.5	ПК-3
- Систематически анализировать индивидуальные результаты подготовки занимающегося на тренировочном этапе с целью окончательного определения его индивидуальной спортивно специализации	Тренер С/02.6	ПК-3
- Разъяснять вопросы медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	Тренер С/05.6	ПК-3

-Использовать морфологические критерии спортивного отбора	Тренер D/01.6	ПК-3
- Планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося	Тренер D/02.6	ПК-3
-Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров обучающихся, определять уровень мотивации обучающихся	Тренер-преподаватель A/03.6	ОПК-1
Иметь опыт: - Организация, осуществление контроля и оценки учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися	Педагог A/01.6	УК-1
- Планирование и проведение учебных занятий	Педагог A/01.6	ОПК-1
- Применение инструментария и методов диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития ребенка	Педагог A/03.6	ОПК-9
-Регистрация и фиксация контрольных показателей физической и функциональной подготовленности занимающихся	Тренер A/03.5	ПК-3
- Ознакомление тренера (группы тренеров), занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, а также с собственными выводами и рекомендациями, сделанными по результатам контрольных мероприятий	Тренер A/04.5	ПК-3
- Контроль выполнения занимающимися комплекса специальных упражнений для формирования широкого спектра двигательных умений и навыков, корректировка двигательных действий занимающихся с целью овладения занимающимися основ техники целостного упражнения	Тренер B/03.5	ПК-3

- Формирование базы результатов текущих медицинских обследований и антропометрических измерений занимающихся в группах тренировочного этапа (этапа спортивной специализации)	Тренер С/02.6	ПК-3
-Организация участия занимающихся в исследовательских и образовательных программах медико-биологического и научно-методического обеспечения спортивной подготовки	Тренер С/05.6	ПК-3
-Анализ состояния здоровья, уровня подготовленности, результатов, достигнутых занимающимися на тренировочном этапе (показатели прироста физических качеств, данные личного учета, аналитические данные педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений)	Тренер D/01.6	ПК-3
-Анализ данных медико-биологического контроля занимающихся, выявление проблем и определение методов их решения	Тренер D/02.6	ПК-3
- Осуществление образовательного процесса в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	Тренер-преподаватель А/03.6	ОПК-1

3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

• Анатомия относится к базовой части блока Б1.О.16.

• В соответствии с учебным планом анатомия изучается на 1 курсе в 1 и 2 семестрах. Итоговая форма контроля – 1 семестр – зачет, 2 семестр – экзамен.

• Анатомия является фундаментальной теоретической дисциплиной в курсе медико-биологической подготовки специалистов в области физической культуры.

• Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки в области естественнонаучных основ физической культуры, биохимии.

• Курс анатомии является основой для изучения таких дисциплин, как физиология человека, гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и безопасности жизнедеятельности, основы медицинских знаний.

• Рабочая программа дисциплины «Анатомия» имеет трудоемкость равную 6 зачетным единицам.

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		1	2
Контактная работа преподавателей с			

обучающимися				
Лекции		10	6	4
Семинары				
Практические занятия		16	8	8
Лабораторные работы				
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)		13	4	9
Самостоятельная работа		177	77	100
Общая трудоемкость	**часы**	216	78	138
	ЗЕ	6		

Виды учебной работы

Подготовка комплексного методического обеспечения: написание учебников и учебных пособий, конспектов лекций; разработка учебно-методических материалов по проведению всех видов занятий; подготовка методических материалов по всем видам и формам контроля знаний и по выполнению контрольных, курсовых и выпускных квалификационных работ. Составление рабочих учебных программ по вновь вводимым и переработка по действующей дисциплине. Работы, связанные с применением информационных технологий в учебном процессе. Работы по составлению заключений и рецензий на все виды учебно-методической литературы и изданий. Изучение и внедрение в практику образовательного процесса новых форм и методик преподавания, эффективного использования новых информационных технологий и технических средств обучения.

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лекции	Практич. занятия	Самост работа
1	2	3	6	8
Раздел 1. Основы анатомии	**6**	**1**		**5**
1.1.Введение в анатомию		1		
Раздел 2. Кости и их соединения	**17**	**1**	**2**	**14**
2.1. Кости и их соединения		1		
2.1. Скелет туловища и его соединения. Череп как целое			2	
2.2. Скелет верхней и нижней конечности и его соединения			2	
Раздел 3. Мышечная система	**34**	**2**	**6**	**26**
3.1. Введение в миологию. Морфофункциональная адаптация ОДА к физическим нагрузкам		2		
3.2. Мышцы пояса и свободной верхней конечности и плеча			2	
3.3. Мышцы пояса и свободной нижней конечности			2	
3.4. Мышцы живота и брюшного пресса. Мышцы позвоночного столба. Мышцы головы, шеи			2	
Раздел 4. Динамическая морфология	**34**	**2**		**32**

4.1. Введение в динамическую анатомию. Поступательные и вращательные движения		2		
Зачет	**4**			**4**
Раздел 5. Внутренние органы	**22**		**2**	**20**
5.1. Пищеварительная, дыхательная, мочевая и половая система			2	
Раздел 6. Сердечно-сосудистая система	**24**		**2**	**22**
6.1. Сосуды большого круга кровообращения			2	
Раздел 7. Нервная система	**52**	**4**	**4**	**44**
7.1. Общая неврология. Строение спинного мозга		2		
7.2. Проводящие пути центральной нервной системы		2		
7.3 Нервная система			2	
Раздел 8. Органы внутренней секреции. Органы чувств	**14**			**14**
Экзамен	**9**			**9**
Всего	**216**	**10 (33,3 %)**	**16 (67,7%)**	**190**

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (10 часов)

Раздел 1 и 2 Основы анатомии. Кости и их соединения (2 часа).

Краткая история анатомии. Основные понятия. Цель, задачи раздела, теоретические основы анатомии. Методы исследований в анатомии: контактные, бесконтактные. Оси, плоскости.

Строение костей, структурно-функциональная единица костной ткани. Классификация костей. Типы соединений, их характеристика и классификация.

Предмет анатомии. Основные понятия. Цель, задачи раздела, теоретические основы анатомии. Методы исследований в анатомии: контактные, бесконтактные. Краткий исторический экскурс. Содержание анатомии, и ее связь с другими биологическими науками. Единство организма и среды, формы и функции в эволюционном и индивидуальном развитии человека. Влияние социальных факторов на формирование организма. Значение анатомии для формирования мировоззрения в практической деятельности работников физического воспитания и спорта. Положение человека в системе животного мира. Оси и плоскости, принятые при изучении тела человека. Разделение курса анатомии на отдельные главы.

Развитие и строение костей, структурно-функциональная единица костной ткани. Классификация костей. Функции скелета. Кость как орган. Количество и внешняя форма костей в скелете человека. Особенности длинных, коротких, плоских и смешанных костей. Сесамовидные и пневматические кости. Строение костей. Компактное и губчатое вещество. Костномозговая полость. Надкостница и ее значение. Костный мозг. Химический состав костей. Развитие и рост костей. Стадии развития костей. Перихондральное и энхондральное окостенение

(остеогенез). Рост костей в длину и толщину. Возрастные особенности костей. Типы соединений, их характеристика и классификация.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний об основных этапах развития анатомии как науки, факторах, влияющих на формирование организма, общих закономерностях роста и развития костно-суставной системы организма человека; умений применять знания в области анатомии для формирования мировоззрения в практической деятельности работников физического воспитания и спорта; навыка (опыта) определять возрастные особенности лиц различного пола, возраста в процессе педагогической практики и формирование универсальных компетенций (УК-1,ОПК–1,9).

Раздел 3 Мышечная система (2 часа).

2. Введение в миологию (2 часа).

Строение и функции мышечной системы

Макро- и микроскопическое строение мышц.

Классификация мышц.

Вспомогательные аппараты мышц.

Эмбриогенез мышечной системы

Миология как наука. Строение и функции скелетных мышц. Классификация мышечных тканей. Мышца как орган. Количество и форма мышц. Вспомогательные аппараты мышц: фасции, синовиальные влагалища, синовиальные сумки, сесамовидные кости, блоки, мышечно-сухожильные веретена. Классификация мышц по внешней форме и внутреннему строению (длинные, короткие, широкие, веретенообразные, одноперистые, двуперистые. многоперистые, веерообразные). Мышцы антагонисты и синергисты. Место начала и прикрепления мышцы. Закономерности распределения мышц. Эмбриогенез мышечной системы: аутохтонные, трункопетальные, трункофугальные мышцы.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний общих закономерностей мышечной системы, ее развития, структуры и функций, особенностей строения скелетных мышц, их классификации; умений использовать знания о работе и функциях скелетных мышц с учетом особенностей и специфики вида деятельности в практике спорта; навыка (опыта) подбора специальных упражнений в зависимости от топографии, строения и функций работающих мышечных групп в процессе педагогической деятельности и формирование универсальных и общепрофессиональных компетенций (УК-1,ОПК-1,9).

Раздел 4. «Динамическая морфология»

3. Введение в динамическую анатомию (2 часа).

Значение динамической анатомии для спортивной практики

Роль ученых в развитии науки о движениях человеческого тела

Понятие об открытых и закрытых кинематических цепях

Схема анатомического анализа положений и движений тела

Рычаги

Значение раздела для спортивной практики. Ученые разных столетий, внесшие вклад в развитие науки. Понятие о внешних и внутренних силах, обусловливающих особенности положений и движений тела. Учение о центре тяжести человеческого тела. Общий центр массы (ОЦМ) - показатель

распределения массы тела. Методы определения ОЦМ. Положение центров массы отдельных звеньев тела. Условия равновесия тела. Виды равновесия. Площадь опоры. Угол устойчивости. Центр объема и удельный вес тела человека. Методы определения удельного веса тела. Удельный вес тела - показатель плотности тела.

Виды работы мышц: преодолевающая, уступающая, удерживающая и баллистическая (с примерами из спортивной практики). Виды рычагов в человеческом организме. Рычаги первого, второго и третьего рода (примеры из спортивной практики).

Виды сокращения мышц: изометрическое, изотоническое, статическое и динамическое. Анатомический и физиологический поперечник мышцы. Зависимость подъемной силы мышц от их внутреннего строения. Работа мышц при проксимальной и дистальной опоре. Величина укорочения мышцы.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний об основных закономерностях самостоятельной науки «Динамическая анатомия», факторах, влияющих на работу организма под действием внешних и внутренних сил; умений анализировать выполняемые двигательные действия в зависимости от избранного вида спорта и анатомических особенностей спортсменов; навыка (опыта) использовать и интегрировать знания по динамической анатомии с лицами различного возраста, пола в процессе педагогической практики и формирование универсальных и общепрофессиональных компетенций (УК-1,ОПК – 1,9).

<u>Поступательные и вращательные движения.</u>

Классификация движений.

Анатомический анализ ходьбы, ее разновидности.

Анатомический анализ бега, его разновидности.

Анатомический анализ вращательных движений на примере «сальто назад».

Классификация движений: простые, сложные, циклические, ациклические, симметричные, асимметричные, поступательные, вращательные, смешанные виды движений. Вращательные движения вокруг свободной и закрепленной оси. Полуосные движения.

Анатомическая характеристика поступательных движений тела. Особенности взаимоотношения организма с внешней средой при его движениях.

Взаимодействие внешних и внутренних сил. Направление силы толчка по отношению к ОЦМ тела при вращательных движениях. Понятие о моменте инерции человеческого тела и его отдельных звеньев. Проявление закона постоянства момента количества движений при вращательных движениях. Зависимость между моментом инерции тела и угловой скоростью Момент инерции тела при различных его положениях.

Ходьба. Общая характеристика ходьбы. Взаимодействие внешних и внутренних сил при ходьбе (сила тяжести, реакции опоры, сила мышц). Требования, предъявляемые к опорной поверхности при ходьбе.

Понятие о простом (передний и задний), одиночном и двойном шагах; о свободной и опорной ноге; об одинарной и двойной опорах.

Фазы одиночного шага. Цикл ходьбы. Фазы двойного шага: передний шаг опорной ноги, период вертикали и задний шаг опорной ноги, задний шаг свободной ноги, период вертикали и передний шаг свободной ноги.

Бег. Анатомический анализ бега. Общая характеристика бега. Черты сходства и различия между бегом и ходьбой.

Анатомическая характеристика упражнения сальто назад.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний об основных закономерностях самостоятельного анализа динамических упражнений, факторах, влияющих на работу опорно-двигательного аппарата под действием внешних и внутренних сил при занятиях спортом; умений анализировать выполняемые двигательные действия в зависимости от избранного вида спорта и анатомических особенностей спортсменов; навыка (опыта) использовать и интегрировать знания по динамической анатомии с лицами различного возраста, пола в процессе педагогической практики и формирование универсальных и общепрофессиональных компетенций (УК-1,ОПК – 1,9,ПК-3).

Раздел 7. «Нервная система» (4 часа)

Общая неврология (1 час).

Эмбриогенез нервной системы.

Нейрон, строение, классификация.

Структурно-функциональная единица нервной системы.

Рефлекторная дуга.

Классификация, функции нервной системы.

Значение нервной системы. Основные морфологические элементы нервной системы. Нейроны, нейроглия. Белое и серое вещество. Влияние физических нагрузок на перестройку периферических отделов моторных аксонов. Классификация нервной системы: соматическая, автономная, центральная, периферическая. Развитие и возрастные особенности нервной системы.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний об общих закономерностях развития нервной системы в онтогенезе, функциях каждого отдела НС, адаптации НС к физическим нагрузкам; умений использовать и применять знания по данному разделу с учетом возрастных и индивидуальных особенностей в практической деятельности работников физического воспитания и спорта; навыка (опыта) определять возрастные особенности моторики, связанные с созреванием нервных центров в процессе педагогической практики и формирование универсальных и общепрофессиональных компетенций (УК-1, ОПК – 1).

Вегетативная нервная система (1 час).

Краткая характеристика и эмбриональное развитие ВНС.

Вегетативная рефлекторная дуга.

Отделы ВНС, их характеристика (симпатический, парасимпатический и метасимпатический отделы).

Основные различия симпатической и парасимпатической нервной системы. Вегетативная рефлекторная дуга. Отличие вегетативной от соматической нервной системы.

Морфологические, фармакологические (биохимические) и физиологические различия симпатической и парасимпатической частей ВНС. Строение рефлекторной дуги вегетативной нервной системы. Позвоночные, промежуточные и внутриорганные узлы. Вегетативные нервы и сплетения. Способы распространения вегетативной иннервации в организме человека. Особенности регуляции деятельности различных органов и систем организма человека.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний о необходимости правильной работы вегетативной нервной системы для жизнедеятельности организма, и влияние ВНС на поведение спортсмена; умений использовать и применять знания по данному разделу с учетом индивидуальных особенностей и специфики вида спорта лиц, занимающихся спортом; навыка (опыта) определять особенности поведения и восприятия объяснения тренера в зависимости от ведущего отдела ВНС и формирование универсальных и общепрофессиональных компетенций (УК-1,ОПК – 1).

Проводящие пути центральной нервной системы (2 часа).

Классификация проводящих путей ЦНС.

Топография и взаимосвязи.

Значение для спорта.

Ассоциативные, комиссуральные и проекционные системы нервных волокон. Чувствительные и двигательные проекционные пути. Чувствительные проекционные пути: экстерорецептивныс и проприорецептивные.

Экстерорецептивные пути: спинно-бугровый путь. Проприорецептивные пути: сознательные – пути тонкого и клиновидного пучков; подкорковые (рефлекторные) - спинно-мозжечковые пути.

Двигательные пути, корково-спинномозговые (пирамидные), красноядерно-спинномозговой и вестибуло-спинномозговой пути. Функции проводящих путей при выполнении физических упражнений. Понятие об экстрапирамидной системе.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний о иерархическом строении нервной системы, взаимосвязи ЦНС со всеми органами, адаптации ЦНС к систематическим физическим нагрузкам; умений использовать и применять знания по данному разделу с учетом особенностей работы ЦНС и специфики вида спорта лиц, занимающихся спортом; навыка (опыта) определять особенности строения и функциональную асимметрию в практической деятельности работников физического воспитания и спорта и формирование универсальных и общепрофессиональных компетенций (УК-1,ОПК – 1).

5.2.2. Содержание практических занятий (16 часов)

КОСТИ И ИХ СОЕДИНЕНИЯ – 2 часа (2 часа – интерактивная форма обучения – «метод Jigsaw», «круглый стол», «мозговой штурм», карты опроса, консультации и тестирование по электронной почте)

1. Кости скелета и их соединения (2часа).

Скелет туловища. Позвоночный столб, его строение и функции. Отделы позвоночного столба. Особенности строения шейных, грудных и поясничных позвонков. Строение крестца и копчика. Соединения позвонков. Межпозвоночные диски и их строение. Межпозвоночные суставы. Связочный аппарат позвоночного столба. Соединения позвоночного столба с черепом.

Соединение крестца с копчиком. Позвоночный столб как целое образование, его опорные и рессорные свойства. Изгибы позвоночного столба: кифозы, лордозы, сколиозы. Длина позвоночного столба и его отделов. Движения позвоночного столба. Изменения изгибов позвоночного столба при его движениях. Возрастные особенности позвоночного столба. Влияние физических упражнений на форму и подвижность позвоночного столба.

Грудная клетка и ее строение. Грудина. Ребра. Соединение ребер с грудиной и позвоночным столбом. Полость грудной клетки. Реберные дуги, подгрудинный угол. Форма и движения грудной клетки. Влияние физических упражнений на форму, размеры и подвижность грудной клетки. Проекция скелетных образований туловища на живом человеке.

Скелет верхней конечности и его соединения. Кости свободной верхней конечности - плечо, предплечье, кисть. Кость плеча - плечевая кость. Кости предплечья — лучевая и локтевая кости. Кисть и ее отделы, запястье, пястье и пальцы. Кости запястья: кости проксимального ряда: ладьевидная, полулунная, трехгранная, гороховидная; кости дистального ряда: трапециевидная, кость-трапеция, головчатая и крючковатая. Кости пясти. Кости пальцев — фаланги. Сесамовидные кости кисти. Влияние труда и занятий отдельными видами спорта на кости верхней конечности.

Соединения костей пояса верхней конечности. Грудино-ключичный сустав. Акромиально-ключичный сустав, их строение и укрепляющий аппарат. Соединения костей свободной верхней конечности: плечевой, локтевой суставы. Соединения костей предплечья: лучелоктевые суставы – проксимальный и дистальный; межкостная перепонка предплечья. Лучезапястный сустав. Суставы кисти. Среднезапястный сустав. Удерживатель сгибателей (поперечная связка запястья). Запястный канал. Запястно-пястные суставы 2—5-го пальцев; запястно-пястный сустав 1-го пальца кисти. Пястно-фаланговые и межфаланговые суставы кисти.

Форма, оси вращения, движения, связочный аппарат и особенности строения суставов верхней конечности. Возрастные особенности костей и соединений верхней конечности. Проекция скелетных образований верхней конечности на живом человеке. Изменения положения костей, суставных щелей при различных положениях тела. Влияние физических упражнений на подвижность в суставах верхней конечности

Скелет нижней конечности и его соединения. Отделы нижней конечности: пояс нижней конечности, свободная нижняя конечность.

Кости пояса нижней конечности. Тазовая кость. Части тазовой кости: подвздошная, седалищная, лобковая кости. Подвздошный гребень, седалищный бугор, запирательное отверстие. Вертлужная впадина.

Кости свободной нижней конечности: бедро, голень, стопа Кости бедра: бедренная кость. Надколенная чашка. Кости голени: большая берцовая и малая берцовая. Отделы стопы: предплюсна, плюсна и пальцы. Кости предплюсны: таранная, пяточная, ладьевидная, кубовидная и клиновидные (внутренняя, промежуточная и наружная). Кости плюсны. Кости пальцев стопы — фаланги. Сесамовидные кости стопы и их значение.

Соединения пояса нижней конечности. Крестцово-подвздошный сустав. Крестцово-остистая и крестцово-бугорная связки. Лонный (лобковый) симфиз. Таз как целое. Большой таз и малый таз. Половые особенности таза. Размеры таза. Наклон таза. Тазобедренный сустав. Коленный сустав. Соединение костей голени. Межкостная перепонка голени. Соединение стопы с голенью. Голеностопный сустав. Соединения костей стопы.

Основные соединения между костями предплюсны: подтаранный сустав, таранно-пяточно-ладьевидный сустав, пяточно-кубовидный сустав. Поперечный сустав предплюсны Соединения между предплюсной и плюсной – предплюсно-плюсневые суставы. Соединения между плюсной и пальцами — плюсно-фаланговые суставы. Соединения между фалангами пальцев — межфаланговые суставы стопы.

Стопа как целое. Функции стопы: опорная, рессорная, локомоторная. Продольный и поперечный своды стопы. Понятие о нормальной, сводчатой и плоской стопе. Функциональное и анатомическое плоскостопие. Факторы, удерживающие своды стопы. Главные места опоры на стопе.

Возрастные особенности скелета нижней конечности. Проекция скелетных образований нижней конечности на живом человеке. Влияние труда и спорта на строение скелетных образований нижней конечности. Сравнительная характеристика скелета верхней и нижней конечностей (сходство и различие).

Изучение темы направлено на приобретение: знаний о строении и функциях осевого скелета, скелета верхней и нижней конечности для работы и жизнедеятельности организма человека, общих закономерностях развития костей стопы, его индивидуальных особенностей в процессе занятий различными видами спорта; умений применять знания по данному разделу с учетом возрастных, индивидуальных особенностей работы суставно-связочного аппарата нижней конечности и изменения формы суставов под воздействием целенаправленных систематических нагрузок; навыка (опыта) определять и различать кости скелета нижней конечности для выявления возможных движений в имеющихся суставах, обеспечивать первую помощь в чрезвычайных ситуациях при переломах и травмах в процессе педагогической практики и формирование универсальных и общепрофессиональных компетенций (УК-1,ОПК – 1,9).

Учебно-методическое обеспечение.

Скелет, распилы различных костей, наборы позвонков, позвоночник в целом, грудина, ребра, кости верхней конечности, кости нижней конечности, череп в целом, отдельные кости черепа. Трупный материал: соединение позвонков между собой, соединение ребер с позвонками, соединение ребер с грудиной, атланто-затылочный и атланто-осевой суставы, а так же суставы верхней и нижней конечностей. Таблицы по остеосиндесмологии.

МЫШЕЧНАЯ СИСТЕМА – 6 часов (6 часов – интерактивная форма обучения – «мозговой штурм», карты опроса, защита рефератов, консультации и тестирование по электронной почте)

1. **Мышцы пояса верхней конечности и свободной верхней конечности *(2 часа).***

Мышцы пояса верхней конечности и плеча. Мышцы, производящие движения грудинно-ключичного сустава: (вперед, назад, вверх, вниз):

трапециевидная, широчайшая мышца спины, ромбовидные, мышца, поднимающая лопатку, грудино-ключично-сосцевидная, большая и малая грудные, передняя зубчатая и подключичная. Положение, места начала, прикрепления и функции отдельных мышц. Проекция мышц плечевого пояса на живом человеке. Мышцы, производящие движения в плечевом суставе: (отведение, приведение, сгибание, разгибание, пронация, супинация и циркумдукция): дельтовидная, надостная, большая грудная мышца, широчайшая мышца спины, подостная, круглые (большая и малая), подлопаточная, двуглавая, трехглавая мышцы плеча, клювовидно-плечевая и др. Начало, прикрепление, положение и функция этих мышц. Участие в укреплении и движениях плечевого сустава. Мышцы, производящие движения в локтевом суставе (сгибание, разгибание, супинация, пронация): двуглавая мышца плеча, плечевая, плечелучевая, круглый пронатор, трехглавая мышца плеча, локтевая, квадратный пронатор, мышца-супинатор.

Мышцы предплечья и кисти.

Мышцы предплечья и кисти. Мышцы, производящие движения в лучезапястном суставе и суставах кисти (сгибание, разгибание, отведение, приведение, круговое движение): лучевой и локтевой сгибатели запястья, длинная ладонная, поверхностный и глубокий сгибатели пальцев, длинный сгибатель большого пальца, лучевые и локтевой разгибатели запястья, разгибатель пальцев, разгибатели указательного пальца и мизинца, длинная отводящая мышца большого пальца, длинный и короткий разгибатели большого пальца. Места начала, прикрепления и функции отдельных мышц. Движения пальцев: Средняя группа мышц кисти. Группа мышц большого пальца кисти и группа мышц пятого пальца кисти (мизинца).

Морфофункциональная топография мышц верхней конечности. Фасции верхней конечности, межмышечные перегородки, сухожильные влагалища мышц пальцев кисти. Топографо-анатомические образования верхней конечности, подключичная, подмышечная и локтевая ямки, внутренняя и наружная двуглавые, лучевая и локтевая борозды. Верхняя конечность как целое. Основные движения верхней конечности, применяемые в спортивной практике. Влияние труда и занятий спортом на верхнюю конечность.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний о строении, функциях и топографии скелетных мышц верхней конечности для работы и функционирования организма спортсмена, выполняющего двигательные действия, общих закономерностях развития отдельных мышц, их индивидуальных особенностей в процессе занятий различными видами спорта; умений применять знания по разделу «миология» с учетом возрастных, индивидуальных особенностей работы скелетных мышц человека и изменения их рельефа под воздействием целенаправленных систематических нагрузок; навыка (опыта) определять, различать и показывать мышцы верхней конечности на трупном материале и живом человеке для выявления возможных функций мышц и мышечных групп, обеспечивать первую помощь в чрезвычайных ситуациях при переломах и травмах в процессе педагогической практики и формирование универсальных и общепрофессиональных компетенций (УК-1,ОПК – 1, 9).

2. **Мышцы пояса нижних конечностей и свободной нижней конечности *(2 часа).***

Мышцы тазобедренного сустава и бедра. Мышцы, производящие движения в тазобедренном суставе (сгибание, разгибание, отведение, приведение, пронация, супинация, круговое движение): подвздошно-поясничная, прямая мышца бедра, портняжная, мышца-напрягатель широкой фасции, гребешковая, ягодичные, грушевидная, мышцы-близнецы, запирательные (внутренняя и наружная), квадратная мышца бедра, полусухожильная, полуперепончатая, двуглавая мышца бедра, тонкая и приводящие мышцы бедра. Начало, прикрепление, положение и функции отдельных мышц. Участие мышц в укреплении суставов и движениях нижней конечности в тазобедренном суставе. Мышцы, производящие движения в коленном суставе (сгибание, разгибание, супинация, пронация): двуглавая мышца бедра, полусухожильная, полуперепончатая, портняжная, нежная, подколенная, икроножная, подошвенная, четырехглавая мышца бедра, двусуставные мышцы, идущие от таза к голени.

Мышцы голени и стопы. *(1 час).*

Мышцы голени и стопы. Активный и пассивный аппарат, укрепляющий своды стопы. Мышцы, производящие движения в голеностопном суставе и суставах стопы (сгибание, разгибание, супинация, пронация, отведение, приведение стопы): трехглавая мышца голени, подошвенная, задняя большеберцовая, длинный сгибатель большого пальца, длинный сгибатель пальцев, малоберцовые мышцы, передняя большеберцовая, длинный разгибатель пальцев, длинный разгибатель большого пальца. Начало, прикрепление, положение и функция отдельных мышц. Движения пальцев: Мышцы подошвенной поверхности стопы. Внутренняя, наружная и средняя группы мышц. Мышцы тыльной поверхности стопы. Пассивные и активные силы, удерживающие своды стопы.

Морфофункциональная топография мышц нижней конечности. Фасции нижней конечности. Межмышечные перегородки, синовиальные влагалища мышц стопы и их функциональное значение. Топографо-анатомические образования нижней конечности: мышечная и сосудистая лакуны, бедренный треугольник, передняя бедренная борозда, приводящий канал, подколенная ямка, голеноподколенный канал.

Нижняя конечность как целое: Основные движения нижней конечности и их анатомическая характеристика. Участие мышц в движениях таза и свободной нижней конечности при проксимальной и дистальной опорах. Проекция мышц нижней конечности на живом человеке. Сравнительная характеристика мышц верхней и нижней конечностей.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний о строении, функциях и топографии скелетных мышц нижней конечности для работы и функционирования организма спортсмена, выполняющего двигательные действия, общих закономерностях развития отдельных мышц, их индивидуальных особенностей в процессе занятий различными видами спорта; умений применять знания по разделу «миология» с учетом возрастных, индивидуальных особенностей работы скелетных мышц человека и изменения их рельефа под воздействием целенаправленных систематических нагрузок; навыка (опыта)

определять, различать и показывать мышцы нижней конечности на трупном материале и живом человеке для выявления возможных функций мышц и мышечных групп, обеспечивать первую помощь в чрезвычайных ситуациях при переломах и травмах в процессе педагогической практики и формирование универсальных и общепрофессиональных компетенций (УК-1,ОПК – 1).

3. **Мышцы живота и брюшного пресса Мышцы позвоночного столба. Дыхательные мышцы. Мышцы головы, шеи, мимические и жевательные мышцы *(2 часа).***

Мышцы живота и брюшного пресса. Слабые места брюшного пресса. Мышцы брюшного пресса: диафрагма, мышцы живота, квадратная мышца поясницы, мышцы дна таза. Функция мышц брюшного пресса. Места наименьшего сопротивления брюшной стенки. Белая линия живота. Пупочное кольцо. Паховый канал. Бедренное кольцо. Проекция мышц туловища на живом человеке.

Мышцы позвоночного столба. Мышцы, производящие движения позвоночного столба: разгибание и сгибание, наклоны в стороны, скручивание и круговое движение

Мышцы, разгибающие позвоночный стаю и удерживающие его в вертикальном положении, трапециевидная, задние зубчатые, ременная, выпрямитель позвоночника (крестцово-остистая), поперечно-остистая и короткие мышцы спины. Мышцы, сгибающие шейный отдел позвоночного столба: грудино-ключично-сосцевидная, лестничные, длинная мышца головы и шеи. Мышцы, сгибающие грудино-поясничный отдел позвоночного столба, прямая, наружная и внутренняя косые мышцы живота, подвздошно-поясничная. Мышцы, наклоняющие позвоночный столб в сторону: одновременное сокращение мышц-сгибателей и разгибателей позвоночного столба той стороны, куда происходит наклон, и квадратная мышца поясницы. Мышцы, производящие скручивание позвоночного столба: грудино-ключично-сосцевидная, ременная, верхняя часть трапециевидной мышцы, лестничные и поднимать лопатки, наружная и внутренняя косые мышцы живота, мышцы-вращатели. подвздошно-поясничная.

Механизм внешнего дыхания. Основные мышцы, производящие вдох: диафрагма, межреберные, зубчатые, поднимателя ребер, лестничные.

Основные мышцы, производящие выдох: прямые, наружная и внутренняя косые, поперечная мышцы живота: межреберные, поперечная мышца груди, подреберные, квадратная мышца поясницы. Участие этих мышц в изменении размеров грудной полости в вертикальном, поперечном, переднезаднем направлениях (при вдохе и выдохе). Типы дыхания. Особенности механизма дыхания при различных положениях тела.

Мышцы головы, шеи, мимические и жевательные мышцы. Мышцы головы и шеи. Поверхностные мышцы шеи: подкожная мышца шеи, грудино-ключично-сосцевидная мышца. Мышцы, приводящие в движение подъязычную кость. Мышцы, поднимающие подъязычную кость: двубрюшная, челюстно-подъязычная, подбородочно-подъязычная, шилоподъязычная.

Мышцы, опускающие подъязычную кость: лопаточно-подъязычная, грудино-подъязычная, грудино-щитовидная и щитоподъязычная.

Глубокие мышцы шеи. Фасции шеи. Топографо-анатомические образования шеи: передний и наружный треугольники шеи; лопаточно-трапециевидный, подчелюстной, сонный и лопаточно-трахейный треугольники; яремная, малая и большая надключичные ямки. Проекция мышц шеи на живом человеке.

Мышцы головы: Анализ движений головы: наклоны головы вперед, назад, вправо, влево; повороты головы. Мышцы, производящие эти движения. Грудино-ключично-сосцевидная мышца. Длинная мышца шеи и головы. Передняя и боковые мышцы головы, задние - большая и малая прямые, верхняя и нижняя косые мышцы головы.

Анализ движений нижней челюсти. Жевательные мышцы: височная, собственно жевательная, крыловидные мышцы. Двубрюшная, челюстно-подъязычная, подбородочно-подъязычная мышцы. Их участие в движениях нижней челюсти. Участие мышц, лежащих ниже подъязычной кости в опускании нижней челюсти.

Мимические мышцы, их морфологическая и функциональная характеристика. Надчерепная мышца, ее части (сухожильный шлем, лобное брюшко и затылочное брюшко). Круговая мышца глаза, мышца-поднниматель верхнего века, сморщиватель бровей, мышца гордецов, носовая мышца, круговая мышца рта, большая скуловая мышца, мышца-подниматель верхней губы и крыла носа, мышца-подниматель верхней губы, малая скуловая мышца, мышца-подниматель и опускатель угла рта, мышца смеха, опускатель нижней губы, щечная мышца. Мышцы ушной раковины: передняя, верхняя, задняя. Фасции головы. Проекция мышц головы на живом человеке.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний о строении, функциях и топографии скелетных мышц скелетных мышц живота и брюшного пресса, позвоночного столба, мышц головы и шеи для работы и функционирования организма спортсмена, выполняющего двигательные действия, общих закономерностях развития отдельных мышц, их индивидуальных особенностей в процессе занятий различными видами спорта; умений применять знания по разделу «миология» с учетом возрастных, индивидуальных особенностей работы скелетных мышц человека и изменения их рельефа под воздействием целенаправленных систематических нагрузок; навыка (опыта) определять, различать и показывать мышцы позвоночного столба на живом человеке для выявления возможных функций мышц и мышечных групп и их участия в выполняемых движениях, обеспечивать первую помощь в чрезвычайных ситуациях при переломах и травмах в процессе педагогической практики и формирование универсальных и общепрофессиональных компетенций (УК-1,ОПК – 1,9).

Учебно-методическое обеспечение.

Скелет, мышечные муляжи, планшеты «Мышцы спины», «Мышцы верхней конечности», «Мышцы нижней конечности», «Мышцы головы и шеи», «Мышцы груди и живота». Препараты из трупного материала: мышцы верхней и нижней конечности, мышцы спины, мышцы брюшного пресса. Таблицы по «Миологии».

ВНУТРЕННИЕ ОРГАНЫ – 2 часа (2 часа – интерактивная форма обучения – «круглый стол», «мозговой штурм»)

1. Пищеварительная система.

Пищеварительная система. Ротовая полость. Стенки преддверия рта и собственно ротовой полости. Строение зубов. Строение и функции языка. Мягкое нёбо. Зев. Слюнные железы. Глотка, ее отделы, отверстия, строение стенки, лимфоидное кольцо и проекция глотки на позвоночный столб. Пищевод. Желудок. Форма, положение и проекция желудка на позвоночный столб и переднюю брюшную стенку. Отделы желудка. строение стенки. Тонкая кишка и ее отделы. Макро- и микроскопическое строение тонкой кишки. Особенности строения двенадцатиперстной кишки. Отличия толстой кишки от тонкой, проекция отделов на поверхность тела. Печень: положение, проекция границ на поверхность тела, края, доли, связки печени, ворота печени. Внутреннее строение печени (макро- и микроскопическое). Функции печени. Желчный пузырь. Поджелудочная железа. Положение и проекция на позвоночный столб. Части железы. Внешнесекреторная и внутрисекреторная функции поджелудочной железы. Брюшина, париетальный и висцеральный листки, отношение внутренних органов к брюшине. Образование брюшины: брыжейка (ее строение), сальники и связки. Изменение положения кишечника при выполнении различных физических упражнений.

Дыхательная система.

Дыхательная система. Носовая полость. Особенности носового дыхания. Глотка как воздухопроводящий путь. Гортань: положение и проекция ее на позвоночный столб. Скелет гортани (хрящи, их соединения и связки). Истинные и ложные голосовые связки. Мышцы гортани, мышцы, расширяющие и суживающие голосовую щель и изменяющие состояние голосовых связок. Вход в гортань. Преддверие гортани. Средняя (гортанный желудочек, голосовая щель) и нижняя (подголосовая) части гортани. Слизистая оболочка гортани. Гортань как орган голосообразования. Дыхательное горло. Бронхи. Легкие: положение, форма, поверхность. Края, доли, ворота легких. Макроскопическое и микроскопическое строение легких. Строение альвеолы. Проекция границ легких на поверхность грудной клетки. Плевра. Пристеночный и внутренностный листки плевры. Полость плевры. Плевральные синусы. Средостение, деление на отделы.

Мочевая система.

Мочевая система: почки, их форма, положение, проекция их на поверхность тела. Факторы, обусловливающие фиксацию почек. Наружное и внутреннее строение почек (макро- и микроскопическое). Строение нефрона. Ворота почек Мочеточник. Мочевой пузырь. Мочеиспускательный канал. Отличия мужского мочеиспускательного канала от женского.

Половая система.

Половая система. Половые органы. Мужские половые органы. Яичко, его макро- и микроскопическое строение. Придаток яичка. Семявыносящий проток. Семенной канатик, семенные пузырьки Семявыбрасываюший проток. Предстательная железа и луковично-мочеиспускательные железы Мошонка. Половой член.

Женские половые органы: внутренние и наружные: яичник (положение и строение яичника), матка (положение матки), фиксирующий аппарат матки и

яичника, маточные трубы, влагалище, грудная железа. Промежность мужская и женская.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний общих закономерностей роста и развития внутренних органов с учетом индивидуальных анатомических особенностей спортсменов в процессе занятий различными видами спорта; умений определять и проецировать основные внутренние органы на живом человеке, учитывая возрастные, индивидуальные особенности работы организма под воздействием целенаправленных систематических нагрузок; навыка (опыта) самостоятельно анализировать работу и функции внутренних органов, ориентируясь на нагрузки, испытывающие спортсменом при выполнении двигательных действий, обеспечивать первую помощь в чрезвычайных ситуациях при травмах в процессе педагогической практики и формирование универсальных и общепрофессиональных компетенций (УК-1, ОПК – 1).

Учебно-методическое обеспечение.

Скелет, муляжи, планшеты. Препараты из трупного материала: пищеварительной, дыхательной, мочевой и половой систем. Таблицы по «Спланхнологии».

СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТАЯ СИСТЕМА - 2 часа (2 часа – интерактивная форма обучения – «метод Jigsaw», «мозговой штурм», консультации и тестирование по электронной почте)

Сердце.

Сердце. Положение, проекция, форма, размеры и вес сердца. Отделы сердца: предсердия и желудочки. Предсердно-желудочковые отверстия – правое и левое. Клапанный аппарат: створчатые и полулунные клапаны, их строение, положение и функция. Сосочковые мышцы. Сухожильные струны. Сосуды, впадающие в сердце: полые вены (верхняя и нижняя), венечный синус, легочные вены. Сосуды, выходящие из сердца: аорта и легочный ствол. Строение стенки сердца: эндокард, миокард, эпикард. Проводящая система сердца. Кровоснабжение и иннервация сердца. Возрастные особенности сердца. Влияние физических упражнений на положение, форму, размеры и функцию сердца.

Сосуды большого круга кровообращения, дуга аорты и ее ветви.

Сосуды большого круга кровообращения. Артерии. Аорта и ее отделы: восходящая аорта, дуга аорты, нисходящая аорта (грудная и брюшная). Плечеголовной ствол. Общая сонная и подключичная артерии. Наружная сонная артерия и ее ветви: верхняя щитовидная, лицевая, поверхностная височная, верхнечелюстная и др. Внутренняя сонная артерия и ее ветви: глазничная, передняя и средняя артерии большого мозга и др. Подключичная артерия и ее ветви: позвоночная артерия, щитошейный и реберно-шейный стволы, внутренняя грудная артерия. Артериальный круг большого мозга и его функциональное значение. Подмышечная, плечевая, глубокая артерия плеча, лучевая и локтевая артерии. Ладонные дуги и пальцевые артерии: общие и собственные.

Нисходящая часть аорты, ее ветви.

Нисходящая часть аорты, ее ветви, область кровоснабжения. Грудная аорта, ее париетальные (межреберные) и висцеральные ветви. Брюшная аорта. Париетальные ветви брюшной аорты: нижние диафрагмальные и поясничные артерии. Висцеральные ветви брюшной аорты: парные – средние надпочечные,

почечные, яичковая (яичниковая) артерии; непарные артерии – чревный ствол и его ветви (левая желудочная, селезеночная и общая печеночная артерии), верхняя и нижняя брыжеечные артерии. Конечные ветви брюшной аорты: общие подвздошные и срединная крестцовая артерии. Наружная подвздошная артерия. Внутренняя подвздошная артерия, ее пристеночные и висцеральные ветви. Бедренная артерия, глубокая артерия бедра; подколенная, задняя и передняя большеберцовые артерии, внутренняя и наружная подошвенные артерии, тыльная артерия стопы. Понятие об артериальных сетях крупных суставов конечностей. Проекция и прощупывание пульсации крупных артерий (дуга аорты, плечеголовной ствол, левая и правая общие сонные, подключичная, наружная сонная, лицевая, поверхностная височная, плечевая, лучевая, локтевая артерии, ладонные дуги: поверхностная и глубокая; общие и собственно пальцевые артерии, бедренная, подколенная, задняя и передняя большеберцовые артерии, тыльная артерия стопы).

Система верхней и нижней полых вен. Воротная вена.

Система верхней и нижней полых вен. Воротная вена. Верхняя полая вена, местоположение и вены ее образующие (плечеголовные, правая и левая). Непарная вена (полунепарные и добавочная полунепарная вены). Межреберные вены. Яремные вены - внутренняя, наружная и передняя. Лицевая вена. Венозные синусы или пазухи твердой мозговой оболочки. Большая вена мозга. Подключичная и подмышечная вены. Глубокие и кожные (медиальная, латеральная подкожные вены руки и срединная вена локтя), вены верхней конечности. Нижняя полая вена. Нижняя полая вена и ее топография. Пристеночные ветви нижней полой вены: поясничные, нижняя диафрагмальная. Висцеральные (внутренностные) ветви нижней полой вены: яичковая (яичниковая), почечная, надпочечная, печеночные. Воротная вена, ее ветви: верхняя брыжеечная, нижняя брыжеечная и селезеночная. Особенности кровообращения в печени. Общая, внутренняя и наружная подвздошные вены. Венозные сети органов малого таза. Глубокие и кожные (большая и малая - подкожные) вены нижней конечности. Проекция крупных вен (верхняя полая, яремные и кожные вены конечностей) на живом человеке.

Лимфатическая система. Органы иммуногенеза. Образования, относящиеся к лимфатической системе, функции лимфатической системы. Лимфа. Основные ее отличия от крови. Теории образования лимфы. Факторы, способствующие движению лимфы. Строение и функция лимфатических сосудов и узлов. Грудной проток: поясничные и кишечный стволы, млечные сосуды Правый лимфатический проток. Регионарные лимфатические узлы. Селезенка, ее строение, функция, топография и проекция. Красный костный мозг. Возрастные особенности лимфатической системы.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний общих закономерностей строения, функции и топографии сердца, артериальных, венозных и лимфатических сосудов, особенностей строения органов иммуногенеза и их значение для занятий различными видами спорта; умений определять сходства и различия артериальных, венозных и лимфатических сосудов человека, их функциональную составляющую; навыка (опыта) самостоятельного нахождения магистральных сосудов конечностей с целью оказания первой помощи в

чрезвычайных ситуациях в процессе педагогической практики и формирование универсальных и общепрофессиональных компетенций (УК-1).

Учебно-методическое обеспечение.

Скелет, муляжи, планшеты. Препараты из трупного материала: отпрепарированные верхние и нижние конечности с сосудами и нервами, препарат сердца невскрытый, препарат сердца вскрытый. Таблицы и схемы по «Ангиологии».

НЕРВНАЯ СИСТЕМА – 4 часа (6 часов – интерактивная форма обучения – консультации и тестирование по электронной почте, «метод Jigsaw», «круглый стол», «мозговой штурм», карты опроса)

1. **Спинной и головной мозг (2 часа).**

Центральная нервная система. Спинной мозг. Положение, форма, вес спинного мозга. Оболочки спинного мозга. Наружное и внутреннее строение спинного мозга. Топография серого и белого вещества. Корешки спинного мозга. Конский хвост, спинномозговые нервы. Строение сегмента спинного мозга. Расположение чувствительных, вставочных и двигательных нейронов. Понятие о строении простой рефлекторной дуги. Морфологические основы учения И.М. Сеченова и, И.П. Павлова о рефлексах спинного мозга.

Продолговатый и задний мозг.

Головной мозг. Развитие головного мозга. Отделы головного мозга. Понятие о стволовой части мозга. Строение продолговатого мозга, топография серого и белого вещества, ядра продолговатого мозга. Строение заднего мозга, топография серого и белого вещества. Мост и мозжечок. Ромбовидная ямка. Четвертый желудочек.

Средний и промежуточный мозг.

Средний мозг, строение, топография серого и белого вещества. Водопровод, четверохолмие и ножки большого мозга. Ядра среднего мозга. Промежуточный мозг, строение, топография серого и белого вещества. Зрительный бугор, надбутровая (эпиталамус), подбугровая (гипоталамус) и забугровая (метаталамус) области. Третий желудочек мозга.

Конечный мозг.

Конечный мозг. Полушария большого мозга. Отделы конечного мозга. Плащ и обонятельный мозг. Мозолистое тело. Доли, борозды, извилины полушарий большого мозга. Строение коры полушарий большого мозга и ее значение в образовании условных рефлексов. Локализация центральных отделов анализаторов. Внутреннее строение полушарий большого мозга. Полуовальный центр. Ядра основания мозга. Боковые желудочки мозга. Спинномозговая жидкость. Сосудистые сплетения нервной системы. Понятие о ретикулярной (сетчатой) формации центральной нервной системы.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний общих принципов строения, функций и топографии центральной нервной системы, отличительных особенностей белого и серого вещества спинного мозга и их значение для занятий различными видами спорта; умений определять и схематически зарисовывать сегменты спинного мозга человека, их функциональную составляющую; навыка (опыта) самостоятельного объяснять рефлекторную дугу и проводящие пути спинного и головного мозга с целью определения региональной иннервации

внутренних органов и знать выход корешков спинномозговых нервов для оказания первой помощи в чрезвычайных ситуациях в процессе педагогической практики и формирование универсальных и общепрофессиональных компетенций (УК-1, ОПК – 1,).

2. **Периферческая нервная система.**

Черепные нервы.

Черепные нервы, выход черепных нервов на основание мозга и из полости черепа, их основные ветви и области иннервации. Обонятельный, зрительный, глазодвигательный, блоковый, тройничный, отводящий лицевой, преддверно-улитковый, языкоглоточный, блуждающий, добавочный и подъязычный нервы.

Шейное и плечевое сплетение.

Шейное и плечевое сплетение. Нервы спинного мозга. Задние ветви спинномозговых нервов, области их иннервации. Передние ветви спинномозговых нервов. Образование сплетений. Шейное сплетение: кожные и мышечные ветви, диафрагмальный нерв. Плечевое сплетение: короткие и длинные ветви. Подмышечный, мышечно-кожный, срединный, лучевой, локтевой нервы. Иннервация мышц верхней конечности и туловища. Передние ветви грудных спинномозговых нервов. Межреберные нервы.

Поясничное, крестцовое и копчиковое сплетения.

Поясничное, крестцовое и копчиковое сплетения. Иннервация мышц нижней конечности. Поясничное сплетение: короткие и длинные ветви - подвздошно-подчревный, подвздошно-паховый, бедренный, запирательный нервы и боковой кожный нерв бедра. Крестцовое сплетение: ягодичные нервы, задний кожный нерв бедра, седалищный нерв и его ветви. Половой нерв. Копчиковое сплетение. Проекция нервов на живом человеке.

Изучение темы направлено на приобретение: знаний общих принципов строения, функций и топографии черепно-мозговых нервов и спинномозговых нервов и их значение для жизнедеятельности организма; умений определять топографию волокон нервов, область их иннервации и функциональную составляющую; навыка (опыта) самостоятельного анализа и показа длинных и коротких ветвей шейного, плечевого, поясничного, крестцового и копчикового сплетения и области их иннервации с целью формирования общепрофессиональных компетенций (УК-1,ОПК – 1).

Учебно-методическое обеспечение.

Скелет, муляжи, планшеты. Препараты из трупного материала: препарат головного мозга (целого), препарат сагиттального разреза головного мозга, препарат стволовой части мозга, препараты заднего и продолговатого мозга, препараты мозжечка, препарат фронтального разреза головного мозга, верхняя и нижняя конечности с отпрепарированными сосудами и нервами. Таблицы и схемы по «ЦНС, ВНС и ПНС».

6. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

При изучении раздела студент самостоятельно готовится к последующим темам и выполняет творческие самостоятельные задания:

№ п/п	Содержание работы Темы занятий	Кол-во часов	Виды контроля
1	**Основы анатомии**	**5**	Дискус-

	Элементы и функции ядра клетки. Морфологическая характеристика хромосом, их классификация. Обязательные компоненты цитоплазмы- клеточные органеллы – микроструктуры клеток, выполняющие жизненно важные функции. Классификация тканей организма человека. Что собой представляет однослойный, многослойный и многорядный эпителий. Виды соединительной ткани, примеры. Строение хрящевой ткани, ее виды. Биомеханические свойства хрящевой ткани. Строение поперечнополосатой мышечной ткани, ее мышечных волокон. Красные и белые мышечные волокна, в чем их структурные и функциональные особенности. Саркомер, какие структуры входят в его состав. Строение и функции нервных клеток и миелиновых и безмиелиновых нервных волокон. Понятие о гомеостазе. Пластичные и постоянные компоненты. Виды рецепторов. Этапы развития анатомии. Вклад в развитие анатомии ученых: Гиппократа, Аристотеля, К. Галена, Леонардо да Винчи, А. Везалия, У. Гарвея, А. Ван Левенгука, Т. Шванна, А. Р. Протасова, А. М. Шаумлянского, Д. Н. Зернова, В. Н. Тонкова, В. Н. Шевкуненко, П. Ф. Лесгафта, В. В. Бунака, М. Г. Привеса, М. Ф. Иваницкого, Б. А. Никитюка.		сия
2	**Кости и их соединения** Строение компактного и губчатого вещества костной ткани. Кость как орган. Типы соединений костей и их характеристика. Классификация костей. Первичные и вторичные кости. Отличительные особенности шейных, грудных, поясничных и крестцовых позвонков. Строение, функции и движения позвоночного столба. Форма грудной клетки людей разных типов телосложения. Движения грудной клетки. Изменение формы и положения грудной клетки во время вдоха и выдоха. В каких отделах позвоночного столба встречаются соединения: синхондроз, синостоз, синдесмоз. Характеристика костей мозгового и лицевого черепа, их соединение. Топография черепа. Парные и непарные кости	**14**	Дискуссия, устный опрос

	черепа. Каналы височной кости. Височная, подвисочная, крылонебная ямки черепа. Кости образующие стенки этих ямок. Отверстия наружного основании черепа. Нервы, кровеносные сосуды проходящие через каждое из отверстий наружного основания черепа. Понятие о контрфорсах. Адаптационные изменения костной системы на клеточном и тканевом уровне. Адаптационные изменения костной системы на органном и системном уровне. Адаптационные изменения соединений костей под влиянием систематических тренировок.		
3	**Мышечная система** Мышца как орган. Вспомогательный аппарат мышц. Строение синовиальных сумок и синовиальных влагалищ, их функции. Чем различаются по строению и функции красные и белые мышечные волокна. Виды и режимы работы мышц. Рычаги, их разновидности. Саркомер. Двигательная единица. Факторы, влияющие на силу мышц. «Анатомический» и «физиологический» поперечник мышцы. Мышцы, обеспечивающие движения в грудино-ключичном суставе. Мышцы, обеспечивающие движения в плечевом суставе. Мышцы, обеспечивающие движения в локтевом суставе. Мышцы, обеспечивающие движения в лучезапястном суставе. Мышцы, обеспечивающие движения в тазобедренном суставе. Мышцы, обеспечивающие движения в коленном суставе. Мышцы, обеспечивающие движения в голеностопном суставе. Адаптационные изменения мышечной системы под влиянием статических упражнений. Адаптационные изменения мышечной системы при динамических нагрузках. На какие подгруппы подразделяются мышцы головы. Особенности анатомии мимических мышц, отличающие их от другой скелетной мускулатуры. Пластинки височной фасции. Функции латеральной крыловидной мышцы. Фасции и треугольники шеи. Жевательные мышцы.	**26**	Контрольная работа, устный опрос
4	**Динамическая морфология** Основные виды положений тела в морфологии, их характеристика. Общий центр тяжести тела человека, методы его определения. Может ли	**32**	Контрольная работа, устный

	общий центр тяжести тела человека находиться вне тела, и если может, то при каких условиях. Анатомический анализ статических положений тела, характерных для вашей спортивной специализации. Положения тела при различных видах упоров. Анатомический анализ различных видов движения без перемены места опоры. Работа мышц и суставов при сгибании и разгибании туловища. Мышцы, испытывающие основную нагрузку при подъеме на носки. Мышцы и суставы выполняющие основную работу при приседании. Работа мышц различных частей тела спортсмена при подтягивании на перекладине. Анатомический анализ различных движений со сменой места опоры. Структура ходьбы: двойной, одиночный и простой шаг. Понятие о фазах и моментах. Работа мышц в фазах ходьбы. Анатомический анализ спортивной ходьбы, ходьбы вверх и вниз по лестнице. Мышцы, выполняющие основную работу в различных фазах прыжков в длину с разбега. Мышцы и суставы, выполняющие основную нагрузку при выполнении упражнения «сальто назад».		опрос
5	**Внутренние органы** Схема строения молочных и постоянных зубов. Топография и форма желудка. Строение ворсинки тонкой кишки. Строение, топография, доли, функции, особенности строения и кровоснабжения печени. Типы покрытия внутренних органов висцеральным листком брюшины. Структуры образующие носовую полость, ее функция. Гортань. Хрящи и мышцы гортани. Строение и функции голосовой щели. Строение бронхиального дерева и дольки легкого. Строение ацинуса. Строение плевра, ее синусы. Границы правого и левого легкого. Топография и макроскопическое строение почки. Оболочки почки. Корковое и мозговое вещество почки. Особенности кровоснабжения почки. Мочеотводящие пути: мочеточники, мочеиспускательный канал. Отличие мужского мочеиспускательного канала от женского. Мочевой пузырь, топография, функция, особенности строения.Строение и оболочки яичка. Семявыносящие и семяизвергающие протоки и	**20**	Устный опрос

	придаточные железы мужской половой системы. Топография и особенности строения яичников и маточных труб. Отношение яичников и маточных труб к брюшине. Матка, топография, отделы, функции, особенности строения стенки. Связки матки. Строение молочных желез.		
6	**Сердечно-сосудистая система** Круги кровообращения. Различия в строении стенки артерии и вены. Понятие о коллатерали и анастомозе. Сосуды образующие микроциркуляторное русло. Закономерности распределения кровеносных сосудов в организме человека. Правила оказания первой помощи при кровотечении. Сердечный круг кровообращения. Нервно-мышечный аппарат сердца. Строение клапана сердца, его функции. Строение перикарда. Топография сердца. Гипертрофия сердца. Кровоснабжение головного мозга. Кровоснабжение мышц плечевого пояса. Кровоснабжение сгибателей и разгибателей предплечья. Кровоснабжение сгибателей и разгибателей кисти. Кровоснабжение кисти. Пристеночные и внутренностные ветви грудной части аорты. Пристеночные ветви брюшной части аорты. Парные и непарные ветви брюшной части аорты. Кровоснабжение мышц сгибателей и разгибателей бедра. Кровоснабжение мышц сгибателей и разгибателей голени. Кровоснабжение стопы. Вены образуют венозный угол. Синусы твердой мозговой оболочки, особенности их строения. Место впадения подкожных вен верхней и нижней конечностей. Система нижней полой вены. Корни воротной вены. Общие закономерности строения лимфатической системы. Образование лимфы. Строение стенки лимфатических капилляров, сосудов и протоков. Лимфатические узлы, их строение и распределение в организме человека. Селезенка, ее строение, топография, кровоснабжение и функции. Тимус, топография и особенности строения.Органы кровотворения.	**22**	Контрольная работа, устный опрос
7	**Нервная система** Структурная единицей нервной системы. Структурно-функциональная единица нервной системы. Строение и функции глии.	**44**	Контрольная работа, устный

	Классификация рецепторов. Эффектор, строение, функции. Рефлекторное кольцо. Оболочки спинного мозга. Как образуется и какова функция цереброспинальной жидкости. Внешнее строение спинного мозга. Строение серого вещества спинного мозга. Восходящие и нисходящие проводящие пути спинного мозга, их функция. Продолговатый мозг, его расположение, строение. Проводящие пути и ядра продолговатого мозга. Мост, его расположение и строение. Проводящие пути и ядра моста. Ромбовидная ямка. Ядра черепно-мозговых нервов, расположенных в ромбовидной ямке. Проводящие пути, ядра и связи мозжечка. Средний мозг, его расположение, строение, проводящие пути и ядра. Желудочки ствола мозга и их взаимосвязь. Отделы конечного мозга. Базальные ганглии, их характеристика и связи. Белое вещество полушарий, характеристика волокон, входящих в его состав. Борозды, извилины и доли коры больших полушарий.Архитектоника коры больших полушарий. Нейроны различных слоев коры. Периферический и центральный отдел обонятельного мозга. Распределение функций в коре больших полушарий конечного мозга. Структуры входящие в состав лимбической системы. Боковые желудочки конечного мозга и их взаимосвязь с другими желудочками мозга. Комиссуральные проводящие пути, их функции. Ассоциативные проводящие пути, их функции. Вкусовой проводящий путь. Обонятельный поводящий путь. Зрительный проводящий путь. Слуховой проводящий путь. Вестибулярный проводящий путь. Тонкий и клиновидный пучки. Морфологические отличия симпатического и парасимпатического отделов вегетативной системы вы знаете. Фармакологические отличия симпатического и парасимпатического отделов вегетативной системы вы знаете. Локализация центрального отдела парасимпатического отдела вегетативной нервной системы. Строение, топография и функции симпатического ствола. Черепно-мозговые нервы: чувствительные, двигательные и смешанные.Черепно-мозговые нервы иннервирующие структуры глазницы.		опрос

	Образования головы, получающие иннервацию от тройничного и лицевого нервов. Иннервация структур ротовой полости. Особенности блуждающего нерва. Выход черепно-мозговых нервов на основание мозга. Чувствительные ветви шейного сплетения. Короткие ветви плечевого сплетения и зоны иннервации. Иннервация мышц, обеспечивающих сгибание и разгибание плеча. Иннервация мышц, обеспечивающих сгибание и разгибание предплечья. Иннервация мышц, обеспечивающих приведение и отведение кисти. Короткие ветви крестцового сплетения и зоны иннервации. Иннервация мышц, обеспечивающих сгибание и разгибание бедра. Иннервация мышц, обеспечивающих сгибание и разгибание голени. Иннервация мышц, обеспечивающих приведение и отведение стопы. Иннервация мышц таза.		
8	**Органы внутренней секреции** Общие морфологические основы и функции эндокринной системы. Классификация эндокринных желез. Функции эндокринных желез. Филогенез эндокринных желез. Вещества химической регуляции. Основные свойства эндокринной системы. Железы внутренней секреции в спортивной деятельности. Анаболические стероиды и спорт. Морфологическая характеристика эндокринных образований, их гормоны, органы (клетки)-мишени. Биологическое действие гормонов. **Органы чувств** Общая характеристика органов чувств. Строение кожи. Вспомогательный аппарат глаза, глазное яблоко, зрительный проводящий путь. Вестибулярный проводящий путь. Орган вкуса, вкусовой проводящий путь. Строение внутреннего уха, слуховой проводящий путь. Обонятельный проводящий путь, топография рецепторов и корковых центров	**14**	Устный опрос
	Подготовка к зачету и экзамену	**13**	
	Итого часов	**190**	

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов.

Список основной и дополнительной литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно:

1. Иваницкий, М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) [Электронный ресурс]: учебник для высших учебных заведений физической культуры / М. Ф. Иваницкий; под ред. Б. А. Никитюк, А. А. Гладышевой, В. Ф. Судзиловского. – 17-е изд. – Москва: Спорт, 2023. – 624 с. – Режим доступа: URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=699122 (дата обращения: 12.05.2026). – ISBN 978-5-907601-22-2.

2. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека: учебник для высш. учеб.заведений физ. культуры / ред.: Б.А. Никитюк, ред.: А.А. Гладышева, ред.: Ф.В. Судзиловский, М.Ф. Иваницкий. – 6-е изд. — М.: Терра-Спорт, 2003. – 624 с.

3. Самусев Р.П. Возрастная морфология (Ч.1) [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Зубарева, Е.С. Рудаскова, Р.П. Самусев. – Волгоград: ВГАФК, 2012. – 177 с. - Режим доступа: https://rucont.ru/efd/233128/

4. Дорохов Р. Н. Спортивная морфология: учебное пособие/ Р. Н. Дорохов, В. П. Губа.-М. : СпортАкадемПресс., 2002.- 236 с.

5. Дроздова, М. В. Анатомия человека: полный курс к экзамену: учебное пособие / М. В. Дроздова. – Саратов: Научная книга, 2020. – 351 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=578402 (дата обращения: 19.05.2026).

6. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ» [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://lib.rucont.ru/

7. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://elibrary.ru/

8. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://lib.sportedu.ru

9. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.rsl.ru/

10. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс]: федеральный портал.- Режим доступа: http://window.edu.ru/

11. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.nlr.ru/

12. Медицинская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.booksmed.com/

13. Анатомический атлас online, остеология [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://anatomyonline.ru/

7. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-1	01.001 – Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) А/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение (организация,	Знает: Медико-биологически основы эффективности различных сторон двигательной деятельности в сфере физической культуры с использованием современных методов исследования Умеет: Использовать современные средства и методы для определения индивидуальных, половых, возрастных,

	осуществление контроля и оценки учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися)	двигательных особенностей организма человека на разных этапах онтогенеза Имеет опыт: Методами определения индивидуальных, половых, возрастных особенностей организма человека на разных этапах онтогенеза и алгоритмом двигательных действий
ОПК-1	01.001 – Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) А/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение (организация, осуществление контроля и оценки учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися)	Знает: Общие закономерности роста и развития организма человека, адаптации организма к систематическим физическим нагрузкам различной направленности и интенсивности Умеет: Определять анатомо-морфологические особенности в различные периоды онтогенеза и при физкультурно-спортивной деятельности, характер ее влияния на организм человека Имеет опыт: Методиками определения биологического возраста и конституции человека
ОПК-1	05.012 – Тренер-преподаватель А/03.6 (проведение занятий физической культурой и спортом)	Знает: Методологические основы двигательной деятельности, возрастные и гендерные особенности организма человека на разных этапах онтогенеза Умеет: Интерпретировать результаты морфологических показателей занимающихся и анализировать фактические данные и результаты полученных показателей Имеет опыт: Применять анатомические методы исследования для установления влияния физической нагрузки на организм занимающихся согласно имеющихся профессиональных образовательных стандартов
ОПК-9	01.001 – Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) А/03.6 (применение инструментария и методов диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития ребенка)	Знает: Методологические основы двигательной деятельности, возрастные и гендерные особенности организма человека на разных этапах онтогенеза Умеет: Использовать средства и методы для определения индивидуальных, половых, возрастных, двигательных особенностей организма человека на разных этапах онтогенеза Имеет опыт: Методами определения индивидуальных, половых, возрастных особенностей организма человека на разных этапах онтогенеза и алгоритмом двигательных действий
ПК-3	05.003 – Тренер А/03.5 (Определение задач и Регистрация и фиксация контрольных показателей	Знает: Общий план строения, макро- и микроскопическое строение органов и систем организма человека Умеет: Интерпретировать результаты

	физической и функциональной подготовленности занимающихся)	морфологических показателей, занимающихся и анализировать фактические данные и результаты полученных показателей Имеет опыт: Применять анатомические методы исследования для установления влияния физической нагрузки на организм занимающихся
ПК-3	05.003 – Тренер A/04.5 (Ознакомление тренера (группы тренеров), занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, а также с собственными выводами и рекомендациями, сделанными по результатам контрольных мероприятий)	Знает: Биологическую основу адаптационных процессов, происходящих при занятиях физическими упражнениями и двигательными действиями Умеет: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки на основе адаптационных процессов Имеет опыт: Осуществлять рекомендации на основе оценки функциональной подготовленности занимающихся, направленности тренировочного процесса
ПК-3	05.003 – Тренер B/03.5 (Контроль выполнения занимающимися комплекса специальных упражнений для формирования широкого спектра двигательных умений и навыков, корректировка двигательных действий занимающихся с целью овладения занимающимися основ техники целостного упражнения)	Знает: Методологические основы двигательной деятельности, возрастные и гендерные особенности организма человека на разных этапах онтогенеза Умеет: Проводить занятия с лицами различного возраста и пола, нормировать нагрузку с учетом изменений морфологических показателей Имеет опыт: Владеет морфологическими методами исследования
ПК-3	05.003 – Тренер C/02.6 (Формирование базы результатов текущих медицинских обследований и антропометрических измерений занимающихся в группах тренировочного этапа (этапа спортивной специализации))	Знает: Морфологические показатели и конституциональные характеристики спортсменов различных специализаций Умеет: Определять типы телосложения спортсменов различных специализаций Имеет опыт: Владеет методиками соматодиагностики
ПК-3	05.003 – Тренер C/05.6 (Организация участия занимающихся в исследовательских и образовательных программах медико-биологического и научно-методического обеспечения спортивной подготовки)	Знает: Медико-биологически основы эффективности различных сторон двигательной деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования Умеет: Использовать современные средства и методы для определения индивидуальных, половых, возрастных, двигательных особенностей организма человека на разных этапах онтогенеза Имеет опыт: Методами определения индивидуальных, половых, возрастных особенностей организма человека на

		разных этапах онтогенеза и алгоритмом двигательных действий
ПК-3	05.003 – Тренер D/01.6 (Анализ состояния здоровья, уровня подготовленности, результатов, достигнутых занимающимися на тренировочном этапе (показатели прироста физических качеств, данные личного учета, аналитические данные педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений))	Знает: Морфологические критерии спортивного отбора Умеет: Определять морфологические характеристики спортсменов различного пола и возраста Имеет опыт: Владеет морфологическими методами исследования: антропометрия, динамометрия, плантография и т.д.
ПК-3	05.003 – Тренер D/02.6 (Анализ данных медико-биологического контроля занимающихся, выявление проблем и определение методов их решения)	Знает: Медико-биологически основы эффективности различных сторон двигательной деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования Умеет: Использовать современные средства и методы для определения индивидуальных, половых, возрастных, двигательных особенностей организма человека на разных этапах онтогенеза Имеет опыт: Методами определения индивидуальных, половых, возрастных особенностей организма человека на разных этапах онтогенеза и алгоритмом двигательных действий

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

А. Текущая аттестация.

В соответствии с рабочей программой материал предлагается по девяти разделам, которые заканчиваются практикумами, включающими устное собеседование, письменный развернутый ответ на вопросы, тесты и т.д.

На каждом практическом занятии преподаватель проводит текущей опрос по темам раздела в разной форме – устно, контрольную работу, тестирование.

По каждому разделу проводится проверка самостоятельной работы в виде ответов на устные или письменные вопросы, проверки конспектов, рефератов, заслушивания сообщений.

В. Промежуточная аттестация.

Промежуточная аттестация осуществляется в виде экзамена. Во втором семестре студенты сдают курсовой экзамен по всем пройденным темам.

7.2.2. Тестовые задания

А. Образец теста

Инструкция: тест состоит из 50 вопросов. На его выполнение отводится 90 минут. Работа выполняется индивидуально. Ответы вписываются в предоставленные бланки ответов. Каждый вопрос предполагает 1 правильный

ответ. Задания рекомендуется выполнять по порядку. Если задание не удается выполнить сразу, рекомендуется перейти к следующему. Если остается время, вернуться к пропущенным заданиям. Тест считается зачтенным, если студент дал не менее 35 правильных ответов (70%).

1.Первый чувствительный нейрон находится в:

а. передних рогах спинного мозга

б. задних рогах спинного мозга

в. боковых рогах

г.в узлах, расположенных по обеим сторонам спинного мозга

2.Какой длины достигают клетки поперечнополосатых мышц?

а.0,1 см

б.1,0 см

в.5,0 см

г.12,0 см

3.Волосы относятся к производным

а. собственно кожи

б. подкожной клетчатки

в. кожного эпителия

г. рудиментов мышечных волокон

Б. Критерии оценивания компетенций (результатов)

Тест оценивается по 2-хбалльной шкале. Студент, давший 70% и более правильных ответов, считается сдавшим тест; студент, давший менее 70% правильных ответов – не сдавшим.

7.2.3. Доклад

А. Примерная тематика докладов

1. Место анатомии человека в образовании педагога по физической культуре
2. Строение позвоночного столба, грудной клетки
3. Общая анатомия черепа человека
4. Кости верхней и нижней конечностей
5. Кровеносная система
6. Лимфатическая система
7. Анатомия дыхательной системы (воздухоносные пути, легкие)
8. Анатомия мышечной системы
9. Пищеварительный канал (полость рта, глотка, пищевод, желудок, тонкая и толстая кишка).
10. Печень и поджелудочная железа
11. Морфология и анатомия спинного мозга
12. Спинномозговые нервы и сплетения
13. Центральная нервная система. Общий обзор головного мозга
14. Черепно-мозговые нервы
15. Локализация у человека корковых центров неспецифических функций и специфичных

для человека

16. Локализация функций в коре полушарий большого мозга. Понятие об анализаторе
17. Орган зрения

18. Орган слуха. Преддверно-улитковый аппарат
19. Орган обоняния. Орган вкуса
20. Вегетативная (автономная) нервная система
21. Эндокринная система

Б. Критерии оценивания компетенций (результатов)

Оценивается умение найти в отечественной и зарубежной литературе, а также в сети Интернет, и выделить наиболее важные и современные работы по теме, структурировать изложение

темы, уровень владения понятиями, качество представления доклада, умение ответить на вопросы. Доклад оценивается по 4-х балльной шкале.

В. Описание шкалы оценивания

Отметка «отлично» ставится, если:

– знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные,

исчерпывающие ответы на вопросы;

– студент демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий,

оперирует научными понятиями;

– доклад иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения.

Отметка «хорошо» ставится, если:

– знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание доклада, однако

имеются определенные затруднения в ответе на уточняющие вопросы;

– в докладе имеют место несущественные фактические неточности;

– недостаточно раскрыто содержание доклада.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

– знания имеют фрагментарный характер, имеются определенные неточности и погрешности

в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;

– при ответе на вопросы студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить

суть явления; допущены фактические ошибки;

– студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить

примеры практического использования научных знаний;

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

– не раскрыто содержание доклада, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;

– допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;

– студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений

существующих научных теорий;

– в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;

– на большую часть вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ

или дает неверные ответы;

– из представления доклада видно, что студент слабо ориентируется в тексте.

7.2.4. Устный опрос

А. Типовые задания

1. Соединительная ткань
2. Общая анатомия скелета
3. Анатомия дыхательной системы (воздухоносные пути, легкие)
4. Морфология и анатомия спинного мозга

Б. Критерии оценивания компетенций (результатов)

При устном опросе развернутый ответ студента должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на определенную тему, показывать его умение применять определения, термины, отвечать на дополнительные вопросы. При оценке ответа основными являются следующие критерии: 1) полнота и правильность ответа; 2) степень осознанности, понимания изученного; 3) языковое оформление ответа; 4) ответы на дополнительные вопросы.

В. Описание шкалы оценивания

Отметка «отлично» ставится, если:

– изученный материал изложен полно, определения даны верно;

– ответ показывает понимание материала;

– студент может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры, не только по учебнику и конспекту, но и самостоятельно составленные.

Отметка «хорошо» ставится, если:

– изученный материал изложен достаточно полно;

– при ответе допускаются ошибки, заминки, которые студент в состоянии исправить самостоятельно при наводящих вопросах;

– студент затрудняется с ответами на 1-2 дополнительных вопроса.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

– материал изложен неполно, с неточностями в определении понятий или формулировке определений;

– материал излагается непоследовательно;

– студент не может достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;

– на 50% дополнительных вопросов даны неверные ответы.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

– при ответе обнаруживается полное незнание и непонимание изучаемого материала;

– материал излагается неуверенно, беспорядочно;

– даны неверные ответы более чем на 50% дополнительных вопросов.

Примечание. Отметки «отлично», «хорошо» и «удовлетворительно» могут также выставляться не за единовременный ответ, но и за работу на семинарском занятии, при условии, если в процессе занятия не только заслушивались дополнения студента, но и осуществлялась проверка его умения применять знания на практике.

7.2.5 Письменная (контрольная) работа

А. Типовые задания

1.Строение костей пояса верхней конечности.

2.Анатомическая характеристика плечевого сустава.

3.Возможные движения в плечевом суставе (указать оси вокруг которых производятся движения)

Б. Критерии оценивания компетенций (результатов).

Оценивается по 4-хбалльной шкале. В критерии оценки знаний по зачету входят:

1.уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;

2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;

3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;

4. ответы на дополнительные вопросы.

В. Описание шкалы оценивания

Оценка «отлично» ставится, если: дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность знаний, проявляющаяся в свободном раскрытии проблемы. Знание проблемы демонстрируется на фоне понимания ее в системе изучаемой науки и деятельности специалиста в области ФКиС. Письменный ответ формулируется в терминах науки, логичен, доказателен, демонстрирует.

Оценка «хорошо» ставится, если: дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность знаний, проявляющаяся в свободном оперировании изучаемыми понятиями. Письменный ответ формулируется в терминах науки, логичен, доказателен, демонстрирует профессионально-педагогическую позицию студента. Допущены ошибки в формулировке проблемы, исправленные студентом с помощью «наводящих» вопросов преподавателя.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если: дан неполный ответ, логика, и последовательность изложения имеют существенные нарушения, допущены грубые ошибки при определении сущности раскрываемой проблемы, вследствие непонимания студентом ее существенных и несущественных признаков. В ответе отсутствуют выводы. Письменная работа требует поправок, коррекции.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если: дан неполный ответ (или ответ отсутствует), представляющий собой разрозненные отрывочные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определении проблемы. Присутствует нелогичность изложения. Письменный текст оформлен с орфографическими ошибками. Отсутствуют выводы.

7.2.6. Вопросы к зачету

А. Вопросы к зачету.

а) Типовые вопросы

Раздел 1. **ОСНОВЫ АНАТОМИИ**

1. Анатомия человека, как наука. Предмет, задачи и методы анатомии.

2. Оси, плоскости и движения тела человека (примеры).
3. Понятия «орган», «система органов» и «аппараты органов» (примеры).
4. Клетка: строение, функции.
5. Ткани, их классификация.
6. Понятие «адаптация», ее биологическая основа.
7. Компенсаторные, приспособительные процессы организма.
8. Этапы развития онтогенеза. Влияние факторов на формирование организма (биотические, абиотические).

Раздел 2. ОСТЕОСИНДЕСМОЛОГИЯ

9. Скелет, общая характеристика и функции.
10. Кость как орган, рост и развитие костей.
11. Классификация костей, химический состав.
12. Изменения в костях при целенаправленных физических нагрузках.
13. Изменения в суставах и связочном аппарате при занятиях спортом.
14. Виды соединений костей: прерывные (синовиальные) и непрерывные (примеры).
15. Классификация суставов.
16. Влияние формы сустава на выполняемую функцию (примеры).
17. Скелет туловища: строение и отличительные особенности позвонков различных отделов; грудная клетка (грудина, ребра, и их соединения)
18. Позвоночный столб, как целое, возможные движения, отделы. Изгибы позвоночного столба и их образование.
19. Скелет головы. Строение костей мозгового отдела черепа: лобная, затылочная, височная, теменная.
20. Строение костей лицевого отдела черепа: верхняя челюсть, носовая кость, слёзная кость, скуловая, нёбная кость, нижняя челюсть, сошник.
21. Строение основания черепа (внутреннее, наружное).
22. Соединения костей черепа. Височно-нижнечелюстной сустав, строение, возможные движения.
23. Контрфорсы, пневматические (воздухоносные) кости, их значение и функции. Возрастные, половые особенности строения черепа.
24. Строение костей пояса верхней конечности: ключица, лопатка.
25. Грудино-ключичный и акромиально-ключичный суставы, строение, возможные движения, укрепляющий аппарат.
26. Строение костей свободной верхней конечности: плечевая кость, кости предплечья – лучевая и локтевая.
27. Плечевой сустав, строение, возможные движения, укрепляющий аппарат.
28. Локтевой сустав, строение, возможные движения, укрепляющий аппарат.
29. Кости кисти: запястье, пястье и фаланги пальцев.
30. Лучезапястный сустав, строение, возможные движения, укрепляющий аппарат.
31. Строение костей пояса нижней конечности: подвздошная кость, лобковая кость, седалищная кость.
32. Крестцово-подвздошный сустав, строение, возможные движения, укрепляющий аппарат.

33. Строение костей свободной нижней конечности: бедренная кость, кости голени: большеберцовая кость и малоберцовая кость, кости стопы.

34. Тазобедренный сустав, строение, возможные движения, укрепляющий аппарат.

35. Коленный сустав, строение, возможные движения, укрепляющий аппарат.

36. Голеностопный сустав, строение, возможные движения, укрепляющий аппарат.

Раздел 3. МИОЛОГИЯ

1. Классификация мышечных тканей по строению.
2. Внешнее строение и функции скелетных мышц.
3. Мышца как орган, сократительная единица – мышечное волокно, строение.
4. Характеристика белых и красных мышечных волокон.
5. Внутримышечная и межмышечная координация (примеры).
6. Сухожилия мышц, их строение и классификация.
7. Классификация мышц.
8. Состояния мышц. Примеры из ИВС.
9. Мышцы антагонисты, синергисты, агонисты.
10. Вспомогательные аппараты мышц.
11. Мышцы спины, название, начало, прикрепление, функции.
12. Собственно дыхательные мышцы, название, начало, прикрепление, функции.
13. Мышцы живота и брюшного пресса. Названия, начало, прикрепление, функции. Соединительнотканные образования (слабые места) мышц живота.
14. Мышцы головы. Названия, начало, прикрепление, функции.
15. Мимические мышцы, их названия, начало, прикрепление, функции.
16. Поверхностные и глубокие мышцы шеи. Названия, начало, прикрепление, функции.
17. Мышцы, прикрепляющиеся к подъязычной кости, их названия, начало, прикрепление, функции.
18. Мышцы пояса верхней конечности. Названия, начало, прикрепление, функции.
19. Мышцы плеча, предплечья. Названия, начало, прикрепление, функции.
20. Мышцы кисти. Названия, начало, прикрепление, функции.
21. Фасции и топография мышц верхней конечности.
22. Мышцы пояса нижней конечности. Названия, начало, прикрепление, функции.
23. Мышцы бедра: передней, задней, медиальной групп. Названия, начало, прикрепление, функции.
24. Мышцы голени: передняя, задняя и латеральная группы. Названия, начало, прикрепление, функции.
25. Мышцы и своды стопы. Названия, начало, прикрепление, функции.
26. Фасции и топография мышц нижней конечности.
27. Адаптационные изменения в мышцах при статической и динамической нагрузке.

Раздел 4. ДИНАМИЧЕСКАЯ АНАТОМИЯ

1. Динамическая анатомия. Методы исследования.
2. Классификация движений.
3. Виды работы, режимы работы мышц.
4. Анатомический анализ статических упражнений (на примере виса).
5. Анатомический анализ статических упражнений (на примере гимнастического моста).
6. Анатомический анализ статических упражнений (на примере стойки).
7. Анатомический анализ статических упражнений (на примере упора).
8. Анатомический анализ статических упражнений (на примере шпагата).
9. Общая характеристика и структура ходьбы.
10. Анатомический анализ двухопорного периода ходьбы.
11. Анатомический анализ одноопорного периода ходьбы
12. Анатомический анализ фазы полета в беге.
13. Анатомический анализ одноопорного периода в беге.
14. Анатомический анализ вращательных движений.
15. Общая характеристика прыжка в длину с места.
16. Общая характеристика действующих на тело сил (внешних, внутренних).
17. Понятие о центре тяжести тела человека.
18. Площадь опоры, виды равновесия.
19. Открытые и закрытые кинематические цепи.
20. Характеристика рычага первого рода («равновесия»). Привести примеры.
21. Характеристика рычага второго рода («рычаг силы»). Привести примеры.
22. Характеристика рычага второго рода («рычаг скорости»). Привести примеры.

б) Критерии оценивания компетенций (результатов).

Оценивается по 4-хбалльной шкале. В критерии оценки компетенций по зачету входят:

1.уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;

2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;

3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;

4. ответы на дополнительные вопросы.

в) Описание шкалы оценивания

«Зачтено» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание 3-х вопросов, однако имеются определенные затруднения в ответе на уточняющие вопросы;
– в ответе имеют место несущественные фактические неточности;
- недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов;
– в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.

«Не зачтено» ставится, если:

– не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;

– допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;
– студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;
– в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;
– на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или дает неверные ответы.

7.2.7. Вопросы к экзамену

А. Экзаменационные вопросы

а) Типовые вопросы.

1. Предмет, задачи анатомии, ее связь с практическими дисциплинами.
2. Понятие «орган», «система органов», «аппарат органов», «организм».
3. Биологические ткани, их общая характеристика, функции, классификация.
4. Клетка, ее строение и функции
5. Формообразующая роль функции на примере строения сустава. Оси, плоскости, основные движения в суставах
6. Развитие костей. Рост костей в длину и ширину
7. Общий план строения непрерывных соединений, их классификация
8. Строение синовиальных соединений. Классификация суставов
9. Кость как орган. Надкостница, надхрящница, строение и функции
10. Виды адаптации, их характеристика
11. Изменения в опорно-двигательном аппарате под влиянием направленных тренировок
12. Позвоночный столб как целое. Строение, формирование изгибов
13. Позвоночный столб. Особенности строения позвонков различных отделов
14. Соединение ребер с позвонками и грудиной, укрепляющий аппарат, мышцы, участвующие в этих движениях, их иннервация и кровоснабжение
15. Грудная клетка в целом, ее возрастные особенности
16. Грудная клетка: строение, функции
17. Грудино-ключичный сустав: строение, связки, возможные движения, мышцы их выполняющие, иннервация и кровоснабжение
18. Плечевой сустав: строение, связки, возможные движения, мышцы их выполняющие, иннервация и кровоснабжение
19. Локтевой сустав: строение, связки, возможные движения; мышцы, их выполняющие, иннервация и кровоснабжение
20. Суставы и соединения костей предплечья, возможные движения, мышцы их выполняющие, иннервация и кровоснабжение
21. Кости кисти: соединения, возможные движения в лучезапястном суставе, мышцы, их осуществляющие, иннервация и кровоснабжение
22. Тазовые кости. Таз как целое, половые особенности
23. Тазобедренный сустав: строение, связки, возможные движения, мышцы их выполняющие, их иннервация и кровоснабжение
24. Коленный сустав: строение, связки, возможные движения, мышцы их выполняющие, их иннервация и кровоснабжение
25. Голеностопный сустав: строение, связки, возможные движения, мышцы, мышцы их выполняющие, их иннервация и кровоснабжение
26. Стопа, ее суставы, укрепляющий аппарат и своды

27. Соединение черепа и позвоночного столба, возможные движения и укрепляющий аппарат
28. Кости мозгового черепа, их строение.
29. Кости лицевого черепа, их строение. Глазница
30. Строение внутреннего основания черепа
31. Контрфорсы, их значение. Характеристика пневматических костей черепа
32. Мышца как орган. Классификация мышц
33. Виды мышечных тканей, их строение, особенности, иннервация
34. Микроскопическое строение поперечнополосатого мышечного волокна. Характеристика красных и белых мышечных волокон
35. Вспомогательные аппараты мышц
36. Межмышечная координация, синергизм и антагонизм мышц
37. Мышцы спины. Их роль в формировании осанки и физиологических изгибов позвоночного столба
38. Мышцы шеи (упражнения для их развития).
39. Дыхательные мышцы, их иннервация и кровоснабжение
40. Полость рта, глотка, ее строение и функции
41. Миндалины глотки, групповые фолликулы, их функциональное значение
42. Пищевод, желудок, строение и топография
43. Отличия тонкого кишечника от толстого (строение, функции)
44. Печень (строение, функции, топография, иннервация и кровоснабжение). Печеночная долька
45. Железы пищеварительной системы: строение, функции, иннервация и кровоснабжение
46. Брюшина, плевра, перикард – строение, функции
47. Полость носа: стенки, функции, воздухоносные пазухи
48. Гортань: строение, участие в голосообразовании. Мышечный аппарат, иннервация
49. Легкие: макроскопическое строение, функции. Ацинус
50. Выделительные системы организма: общая характеристика, иннервация и кровоснабжение
51. Почка, ее фиксирующий аппарат. Нефрон
52. Макроскопическое строение почки, иннервация и кровоснабжение
53. Мочеточник, мочевой пузырь, мочеиспускательный канал: строение, топография. Отличие мужского от женского.
54. Мужская половая система, строение наружных половых органов
55. Строение яичка, оболочки, гормоны
56. Строение яичника, гормоны, созревание яйцеклетки
57. Матка: фиксирующий аппарат, иннервация, кровоснабжение
58. Адаптация сердечно-сосудистой системы к физическим нагрузкам
59. Места прижатия артерий при кровотечениях
60. Круги кровообращения, их характеристика, функции
61. Строение стенки кровеносных (артериальных и венозных) сосудов
62. Кровь, лимфа: состав, функции, характеристика клеточных элементов
63. Венозная система: общий план строения. Система воротной вены

64. Лимфатическая система: общая характеристика, функции, строение лимфатического узла
65. Строение стенки сердца
66. Внешнее строение сердца, его топография. Перикард.
67. Клапанный аппарат сердца: топография, строение
68. Проводящая система сердца
69. Нервная ткань. Структурно-функциональная единица НС
70. Общий план строения и функции нервной системы. Простая рефлекторная дуга
71. Оболочки головного и спинного мозга, синусы твердой мозговой оболочки
72. Спинной мозг, его развитие, макроскопическое строение
73. Топография и образования белого и серого вещества спинного мозга
74. Спинномозговые нервы: образование, ветви
75. Продолговатый мозг: образования (части), ядра, связь с другими отделами мозга
76. Топография ядер ромбовидной ямки
77. Задний мозг: образования (части), ядра, связь с другими отделами мозга
78. Средний мозг: образования (части), ядра, связь с другими отделами мозга
79. Промежуточный мозг: отделы, функции, связи с другими отделами мозга
80. Конечный мозг, его макроскопическое строение
81. Базальные ядра, их функция. Белое вещество конечного мозга
82. Желудочки головного мозга, топография и взаимосвязь
83. Коммиссуральные и ассоциативные пути головного и спинного мозга
84. Проекционные пути головного и спинного мозга
85. Двигательные черепные нервы, топография ядер, зона иннервации
86. X пара черепных нервов – зона иннервации
87. Общая характеристика частей вегетативной нервной системы
88. Шейное сплетение: зоны иннервации
89. Плечевое сплетение: ветви, зона иннервации
90. Поясничное сплетение: ветви, зона иннервации
91. Крестцовое сплетение: ветви, зона иннервации
92. Орган зрения: строение глазного яблока, кровоснабжение, проводящий путь
93. Орган слуха: строение, проводящий путь
94. Кожа, ее строение, функции
95. Орган вкуса: строение
96. Орган обоняния: строение, проводящий путь
97. Понятие об открытых и закрытых кинематических цепях. Закономерности работы мышц в этих цепях (с примерами из ИВС).
98. Анатомическая характеристика различных висов (по схеме)
99. Анатомическая характеристика статических упражнений по схеме (на примере различных стоек)
100. Анатомическая характеристика статических упражнений по схеме (на примере различных упоров)
101. Анатомическая характеристика статических упражнений по схеме (на примере упражнений «мост», «шпагат»)
102. Сравнительная характеристика различных видов ходьбы

103. Преодолевающая, уступающая и удерживающая работа мышц (с примерами из ИВС)

104. Движения в суставах нижней конечности при выполнении «рабочего движения» из ИВС

105. Железы внутренней секреции, топография, гормоны, функции

106. Характеристика рычага 1 рода (с примерами из ИВС)

107. Характеристика рычага 2 рода (с примерами из ИВС)

108. Общая характеристика вращательных движений. Сальто назад

б) Критерии оценивания компетенций (результатов).

Оценивается по 4-хбалльной шкале. В критерии оценки компетенций по экзамену входят:

1.уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;

2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;

3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;

4. ответы на дополнительные вопросы. Допуском к экзамену является выполнение учебного плана на 70% и выполненные практические работы.

в) Описание шкалы оценивания

Отметка «отлично» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные, заданные экзаменатором;

- студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями;

- при ответе на вопросы используются данные из дополнительной литературы;

- ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения;

- студент демонстрирует умение вести научную дискуссию.

Отметка «хорошо» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определенные затруднения в ответе на уточняющие вопросы;

– в ответе имеют место несущественные фактические неточности;

- недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов билета;

– в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

– знания имеют фрагментарный характер, имеются определенные неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;

– при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки;

– студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

– не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или

непонимание сущности вопросов;

– допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;

– студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;

– в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;

– на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или дает неверные ответы.

Экзаменационные билеты по анатомии находятся в приложении 7.

8. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература

1. Иваницкий, М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) [Электронный ресурс]: учебник для высших учебных заведений физической культуры / М. Ф. Иваницкий; под ред. Б. А. Никитюк, А. А. Гладышевой, В. Ф. Судзиловского. – 17-е изд. – Москва: Спорт, 2023. – 624 с. – Режим доступа: URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=699122 (дата обращения: 12.05.2026). – ISBN 978-5-907601-22-2.

2. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека: учебник для высш. учеб.заведений физ. культуры / ред.: Б.А. Никитюк, ред.: А.А. Гладышева, ред.: Ф.В. Судзиловский, М.Ф. Иваницкий. – 6-е изд. — М.: Терра-Спорт, 2003. – 624 с.

3. Самусев Р.П. Возрастная морфология (Ч.1) [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Зубарева, Е.С. Рудаскова, Р.П. Самусев. – Волгоград: ВГАФК, 2012. – 177 с. - Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233128

Дополнительная литература

4. Дорохов Р. Н. Спортивная морфология: учебное пособие/ Р. Н. Дорохов, В. П. Губа. – М. : СпортАкадемПресс., 2002.- 236 с.

5. Дроздова, М. В. Анатомия человека: полный курс к экзамену: учебное пособие / М. В. Дроздова. – Саратов: Научная книга, 2020. – 351 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=578402 (дата обращения: 19.05.2026).

9. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАТИВНОЙ СЕТИ INTERNET, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

9.1. Электронные библиотечные системы

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://elibrary.ru/
2. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
3. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.rsl.ru/
4. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.nlr.ru/
5. Library.ru [Электронный ресурс]: информационно-справочный портал.- Режим доступа: http://www.library.ru/

6. _Российское образование [Электронный ресурс]: федеральный портал.- Режим доступа: http://www.edu.ru/

7. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс]: федеральный портал.- Режим доступа: http://window.edu.ru/

8. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.nlr.ru/

9. Медицинская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.booksmed.com/

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Анатомический атлас online, остеология [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://anatomyonline.ru/

2. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека [Электронный ресурс]: учебник для высш. учеб. заведений физ. культуры / ред.: Б.А. Никитюк, ред.: А.А. Гладышева, ред.: Ф.В. Судзиловский, М.Ф. Иваницкий .— 14-е изд. — М.: Спорт, 2014 .— 624 с.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641133

10. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Студентам при освоении курса дисциплины «Анатомия и морфология человека» с самого начало необходимо обратить внимание на усвоение сложных анатомических понятий, терминов, механизмов, закономерностей и т.д. Их непонимание серьезно усложнит все освоение курса, построенного по принципу преемственности тем, разделов.

Студентам следует усвоить основные понятия по важным разделам дисциплины.

Изучая анатомию, недостаточно пользоваться только препаратами, рисунками, атласами, книгами, а необходимо все изучение вести также и на живом человеке. Для спортсмена такое изучение имеет большое значение. В своей практической деятельности он имеет дело всегда с живым человеком. Поэтому весь процесс изучения анатомии должен быть направлен на изучение живого человеческого тела. В первую очередь это касается изучения двигательного аппарата. Рассматривая любой костный препарат, прежде всего, необходимо ясно себе представить, где данный орган, например, та или иная кость, находится у живого человека. Нужно научиться находить на живом человеческом теле все наиболее выступающие костные образования, щели крупных суставов, уметь определять положение мышц и понимать их значение для наружной поверхности тела. Прощупывая поверхностные мышцы, необходимо научиться определять их состояние. Изучая кровеносные сосуды, артерии и вены, изучая нервы, следует определять их проекцию на наружную поверхность тела, необходимо выучиться определять по пульсации ход крупных артериальных стволов, знать просвечивающие сквозь толщу кожи вены. При изучении внутренних органов, в частности при изучении легких, печени, желудка, кишечника, а также сердца, органов шеи необходимо ясно представлять себе их положение на живом человеке. То же самое касается изучения головного и спинного мозга, проекции долей полушарий мозга, проекции мозжечка, продолговатого мозга и других крупных образований. Это относится к некоторым

образованиям органов чувств. Например, изучая полукружные каналы внутреннего уха, необходимо ясно представлять себе, где они находятся у живого человека. В результате систематически проведенного изучения анатомии на живом человеке можно в наибольшей мере достигнуть понимания его внутреннего строения по его внешней форме. Только такое изучение действительно полезно и дает знания, необходимые для жизни.

В конце каждого раздела студенты готовят к практикуму, все пройденные вопросы по разделу.

При подготовке к практикуму надо уделить внимание основным понятиям, законам, механизмам, рассмотренным в разделе. Несданные практикумы и практические занятия отрабатываются студентами индивидуально.

Для обеспечения подготовки студентов к занятиям и отработкам на стенде вывешиваются календарно-тематические планы.

11. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Таблицы по всем разделам анатомии.
2. Муляжи по всем разделам анатомии.
3. Трупный материал по всем разделам анатомии.
4. Скелеты, отдельные кости скелета человека.
5. Антропометрический инструментарий.
6. Методические пособия по опорно-двигательному аппарату, внутренним органам, эндокринной системе, нервной системе, к практическим занятиям на электронных носителях.
7. Витрины с рентгенологическими снимками.
8. Планшеты по всем разделам анатомии.
9. Музейные препараты по всем разделам анатомии.
10. Мультимедийные атласы анатомии и морфологии человека.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № В (Д) - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100;для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU,проектор Aser X110pDLP (переносной), экран
2.	Аудитория № 40,42,61,62 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в каждой аудитории: для студентов – 16; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная.
№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
3.	Аудитория № 42 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 16; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная.

Лицензионное программное обеспечение дисциплины

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано
Ответственная за ОПОП
к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
Кафедра спортивной медицины и адаптивной физической культуры

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
протокол №__14_____
«28» мая 2026 г
Заведующая кафедрой О.А. Комачева
_____

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
_____А.В. Мазурина
«___»_____2026 г

Рабочая программа по дисциплине

МОНИТОРИНГ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ

основной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 **Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм**

Направленность (профиль подготовки): Спортивно-оздоровительный туризм

Уровень: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс - 4
Семестр - 8
Итоговая форма контроля – экзамен

Рабочую программу разработал:
преподаватель Новиков И.С.

Смоленск 2026

Содержание

Стр.

1.Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта
2. Результаты обучения по дисциплине

3. Место дисциплины в структуре ООП

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

5. Содержание дисциплины

6. Самостоятельная работа студентов

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
8. Перечень литературы

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знать: - методики разработки и применения контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств, интерпретации результатов контроля и оценивания	ППО A/02.6	*ОПК-9*
- методики контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека	T B/02.5	*ОПК-9*
- средства (способы) фиксации динамики подготовленности и мотивации учащихся в процессе освоения дополнительной образовательной программы	ПДО A/04.6	*ОПК-8*
- методы сбора, обработки и анализа информации	ИМ D/02.6	*ОПК-8*
Уметь: - анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров у занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном,	T B/02.5	*ОПК-9*

начальной подготовки, определять уровень мотивации занимающихся		
- корректировать процесс освоения образовательных программ, собственной педагогической деятельности по результатам педагогического контроля оценки освоения программы	ПДО А/04.6	*ОПК-8*
- проводить оценку содержания и результатов тренировочного и образовательного процессов в секциях (группах)	ИМ D/02.6	*ОПК-8*
- анализировать применение выбранных форм и методов диагностики, оценочных средств, корректировать их и собственную деятельность	ППО А/02.6	*ОПК-9*
Иметь опыт: - оценки прироста индивидуальных показателей физической подготовки занимающихся, уровня освоения основ техники в виде спорта, внесение корректив в дальнейшую подготовку занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, определять уровень мотивации занимающихся	Т В/02.5	ОПК-9
- анализа и интерпретации результатов педагогического контроля и оценки	ПДО А/04.6	ОПК-8
- мониторинг выполнения нормативов и результатов, достигнутых занимающимися в секциях (группах)	ИМ D/02.6	ОПК-9

3. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Мониторинг физического состояния» относится к базовой части обязательных дисциплин ООП (Б1.О.17). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе, по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля): экзамен. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: «Теория и методика

физической культуры и спорта», «Физиология», «Научно-методическая деятельность», «Физическая реабилитация».

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр, часы
			8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		12	**12**
Лекции		6	**6**
Семинары		6	**6**
Практические занятия		-	**-**
Лабораторные работы		-	**-**
Промежуточная аттестация - экзамен		9	**9**
Самостоятельная работа		123	**123**
Общая трудоемкость	**часы**	144	**144**
	ЗЕ	4	**4**

5.Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

Распределение разделов и тем дисциплины по часам

№ п/п	Наименование темы	Всего (часов)	Аудиторные занятия (час)		Самостоя-тельная работа
			Лекции	Семинар. занятия	
1	Предмет, задачи, принципы и составные части мониторинга физического состояния	14	2		12
2	Концептуальная модель общероссийского мониторинга состояния здоровья детей, подростков и молодежи в РФ	13	³1		12
3	Этапы развития и структура информационно-аналитической и прогнозной системы популяционного МФС	13	³1		12
4	Основы общей патологии. Актуальные морфофункциональные изменения систем организма, возникающие при	13	1		12

	неадекватной физической нагрузке				
5	Актуальная частная патология. Факторы риска возникновения патологии в зоне рекреации	14	1	1	12
6	Общая характеристика здорового образа жизни	13		[2]1	12
7	Структура, методы, средства и условия функционирования системы мониторинга физического состояния	13		[2]1	12
8	Основные критерии, методы и приемы регистрации и анализа на примерах региональных моделей МФС	13		[2]1	12
9	Основы теории измерений физического состояния Оценка физического развития. Функциональная и физическая подготовленность.	13		[2]1	12
10	Методы статистической обработки измерений	12		[2]1	15
11	Экзамен	9			9
	Итого:	**144**	**6**	**6**	**132**

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, составляет 50%. Примеры интерактивных форм и методов проведения занятий:

-[1]круглый стол (диалоги) – проводится с целью выработки общего мнения, позиции участников по обсуждаемой проблеме;

-[2]учебные групповые дискуссии, ролевые игры. Их целью является процесс поиска, который должен привести к объективно известному, но субъективно воспринимаемому обучающимися, новому знанию. Причем этот поиск должен закономерно вести к запланированному педагогом заданию;

-[3]мультимедиа-презентация лекций по основополагающим темам.

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий (6 часов)

Тема 1. Предмет, задачи, принципы и составные части мониторинга физического состояния *(*2 часа лекционных занятий).

План. 1. Основные понятия дисциплины: мониторинг, физическое состояние, мониторинг здоровья, мониторинг физического состояния, тестирование.

2. Предмет мониторинга физического состояния занимающихся лиц (физическое развитие и двигательная подготовленность).

3. Этапы развития и становления мониторинга физического состояния в процессе рекреационной и туристической деятельности.

4. Направленность и задачи МФС

5. Принципы построения мониторинга (системности, комплексности, проблемно-целевой ориентации, научности, разнообразия, оптимизации).

6. Объект мониторинга и его характеристики (дошкольники, учащиеся, лица пожилого возраста).

7. Основные положения мониторинга физического состояния пожилого населения.

8. Актуальные проблемы в области физического состояния лиц, систематически занимающихся физической культурой и спортом

Изучение темы направлено на получение:

- *знаний* теоретических основ мониторинга физического состояния человека как научно-практической деятельности в области физической культуры;

- *умений* выделять актуальные проблемы в области физического состояния лиц, занимающихся спортивно-оздоровительной деятельностью;

- *навыков* проведения научных исследований, помогающих определять целевую направленность регионального МФС (ОПК-8).

Тема 2. Концептуальная модель общероссийской системы мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи в РФ (1 час лекционных занятий**).** [3]Мультимедиа-презентация.

План. 1. Отечественные и зарубежные концептуальные модели МФС

2. Концептуальная модель общероссийской системы мониторинга состояния физического здоровья детей, подростков, молодежи

3. Апробация федеральной модели мониторинга состояния физического здоровья населения, детей, подростков и молодежи на пилотных территориях РФ.

4. Критический анализ результатов проведения многолетнего локального МФС школьников на пилотных территориях 6 округов РФ.

5. Особенности МФС в рекреационной зоне среди занимающихся лиц различных групп населения (возрастные, гендерные, профессиональные, с различным уровнем здоровья и физической подготовленности).

Изучение темы направлено на получение:

- *знаний* теоретических основ МФС как информационно-аналитической и прогнозной системы оценки состояния физического здоровья населения в процессе физкультурной деятельности учащихся;

- *умений* применять системный подходы в процессе критического анализа результатов проводимых локальных мониторингов здоровья в РФ;

-*навыков* составлять общую схему системы регионального МФС занимающихся лиц, выделять ее подсистемы, отбирать оценочные критерии, формировать базы данных, составлять формы отчетов (ОПК -8, 9).

Тема 3. Этапы развития и структура информационно-аналитической и прогнозной системы популяционного МФС (1 час лекционных занятий). ³Мультимедиа-презентация.

План. 1. Этапы формирования системы популяционного мониторинга

2. Создание региональных баз данных о занимающихся лицах.

3. Структура информационно-аналитической и прогнозной системы популяционного МФС.

5. Составные части популяционного МФС как информационно-аналитической системы (подсистемы, блоки, временные центры МФС)

6. Основные методы и условия проведения МФС.

7. Ретроспективный анализ медико-педагогической документации (заключения спортивного врача, узких специалистов, данные медико-биологического обследования и педагогического тестирования).

8. Анализ и интерпретация результатов оценки физического развития, функциональной и физической подготовленности

7. Управленческие решения по коррекции физического состояния населения в регионе.

Изучение темы направлено на получение:

- *знаний* - этапов развития и структуры мониторинга физического состояния в процессе рекреационной и туристической деятельности; особенностей контроля качества оказываемых рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг;

- *умений* выделять проблемную ситуацию в ходе мониторинга; использовать средства и методы контроля за состоянием занимающихся в профессиональной деятельности;

- *навыков* формирования мониторинга физического состояния в условиях рекреации (ОПК - 8).

Тема 4. Основы общей патологии. Актуальные морфофункциональные изменения основных систем организма, возникающие при неадекватной физической нагрузке. (1 час лекционных занятий).

План. 1. Понятия «здоровье», «болезнь», общее учение о здоровье и болезни.

2. Представление об этиологии, патогенезе, конституции, наследственности, реактивности, иммунитете, аллергии.

3. Общие и местные расстройства кровообращения; нарушение тканевого питания, обмена веществ и роста тканей; гипоксия, гипероксия, тканевая гипоксия.

4. Некроз, регенерация, опухоли; воспаление, лихорадка.

5. Актуальные морфофункциональные изменения основных систем организма, возникающие при неадекватной физической нагрузке (сердечнососудистая, дыхательная, гепато-лиенальная и др.).

6. Проблемное поле МФС в сфере оздоровительной рекреационной и туристической деятельности.

7. Критерии эффективности применения средств и методов в рекреационно-оздоровительном туризме.

8. Определение пригодности индивида к занятиям одним из видов туризма, рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности;

9. Использование мониторинга физического состояния индивида на занятиях туризмом, рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельностью

Изучение темы направлено на получение:

- *знаний* основ общей патологии; актуальных морфофункциональных изменений, возникающих при неадекватной физической нагрузке; критериев эффективности применения средств и методов в рекреационно-оздоровительном туризме;

- *умений* определять пригодность индивида к занятиям одним из видов туризма, рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности;

- *навыков* использования мониторинга физического состояния индивида на занятиях туризмом, рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельностью (ОПК-8).

Тема 5. Частная патология. Основные факторы риска возникновения патологии в зоне рекреации (1 час лекционных занятий).

План. 1. Морфофункциональные особенности систем организма в зависимости от наиболее распространенных среди населения заболеваний (по нозологическим группам): сердечнососудистые заболевания (ИБС, ГБ, атеросклероз);

2. Заболевания дыхательной системы (пневмония, легочный туберкулез, бронхиальная астма);

3. Заболевания пищеварительной системы (гастрит, ЯБЖ, колит), болезни эндокринной системы (СД);

4. Болезни нервной системы (остеохондроз, радикулит, инсульт); заболевания кожи (псориаз, нейродермит);

5. Заболевания почек (пиелонефрит), печени (гепатит, цирроз);

6. Гинекологические заболевания (оофорит), урологические заболевания (цистит, простатит, аденома простаты).

7. Основные факторы риска возникновения патологии в зоне рекреации.

8. Содержание мониторинга физического состояния в условиях рекреации, направленное на моделирование рисков.

Изучение темы направлено на получение:

- *знаний* морфофункциональных особенностей систем организма при наиболее распространенных заболеваниях;

- *умений* формировать содержание мониторинга физического состояния в условиях рекреации;

- *навыков* выявления факторов риска распространения или обострения патологии среди занимающихся (ОПК-8).

5.2.2 Содержание семинарских занятий (6 часов)

Тема 5. Актуальная частная патология. Факторы риска возникновения патологии в зоне рекреации (1 час семинарских занятий).

Вопросы для обсуждения/ Морфофункциональные особенности систем организма в зависимости от наиболее распространенных среди населения заболеваний (по нозологическим группам): сердечнососудистые заболевания (ИБС, ГБ, атеросклероз) Заболевания дыхательной системы (пневмония, легочный туберкулез, бронхиальная астма)/Заболевания пищеварительной системы (гастрит, ЯБЖ, колит), болезни эндокринной системы (СД)/ Болезни нервной системы (остеохондроз, радикулит, инсульт); заболевания кожи (псориаз, нейродермит)/ Заболевания почек (пиелонефрит), печени (гепатит, цирроз)/ Гинекологические заболевания (оофорит), урологические заболевания (цистит, простатит, аденома простаты). Основные факторы риска возникновения патологии в зоне рекреации. Содержание мониторинга физического состояния в условиях рекреации, направленное на моделирование рисков.

Изучение темы направлено на получение:

- *знаний* морфофункциональных особенностей систем организма при наиболее распространенных заболеваниях;

- *умений* формировать содержание мониторинга физического состояния в условиях рекреации;

- *навыков* решения ситуационных задач по выявлению рисков распространения патологии (ОПК- 8).

Литература: [1, 9, 10]

Тема 6. **Общая характеристика здорового образа жизни** (1 час семинарских занятий). ²Учебные групповые дискуссии.

Вопросы для обсуждения. Традиционные и нетрадиционные системы оздоровления. Двигательная активность. Оздоровительные рекреационные технологии. Методы самооценки здоровья. Анкетирование, интервьюирование (работа с опросниками, анкетами), методы функциональной диагностики (спирометрия, пульсометрия, тонометрия), методы самотестирования (тест на максимальную задержку дыхания, 12-минутный тест).

Изучение темы направлено на получение:

- *знаний* принципов формирования и определяющие факторы здорового образа жизни;

-*умений* формировать содержание мониторинга в условиях рекреации в соответствии с принципами здорового образа жизни;

- *навыков* формирования здорового образа жизни в условиях рекреации (ОПК-9).

Литература: [6, 7]

Тема 7. Структура, методы, средства и условия системы мониторинга физического состояния (1 час семинарских занятий*)*. ²Учебные групповые дискуссии.

Вопросы для обсуждения. Антропометрические исследования. Физиологические показатели, физические качества, психолого-педагогические показатели. Изучение физического состояния и образа жизни лиц различного возраста.

Инструментальные, аппаратурные – объективные и субъективные средства и методы текущего и поэтапного контроля физического состояния (здоровья, функционального состояния, телосложения и физической подготовленности) занимающихся лиц.

Изучение темы направлено на получение:

- *знаний* принципов формирования и определяющие факторы здорового образа жизни;

-*умений* формировать содержание мониторинга в условиях рекреации;

- *навыков* формирования здорового образа жизни в условиях рекреации (ОПК-8).

Литература: [1, 6 , 7]

Тема 8. Основные критерии, методы и приемы регистрации и анализа на примерах региональных моделей МФС *(*1 час семинарских занятий). ²Учебные групповые дискуссии.

Вопросы для обсуждения Методы тестирования физической подготовленности. Скоростные, скоростно-силовые, силовые показатели, координационные показатели, гибкость, равновесие.

Изучение темы направлено на получение:

- *знаний* теории измерения, основных критериев, методов и приемов регистрации, анализа данных мониторинга;

- *умений* использовать методы медико-биологического и педагогического контроля;

- *навыков* применения простых методик инструментального и аппаратурного исследования физического состояния (тонометрия, динамометрия) (0ПК- 8, 9).

Литература: [2, 6]

9. Основы теории измерений физического состояния. Оценка физического развития. Функциональная и физическая подготовленность (1 час семинарских занятий). ²Учебные групповые дискуссии.

Вопросы для обсуждения Основы теории измерений, тестов и оценок. Типы шкал и норм, их характеристика и пригодность. Аналитические методы в ходе МФС.

Изучение темы направлено на получение *знания* основ теории измерений физического состояния, типов шкал и норм, их характеристики и пригодность;

- *умения* применять методики педагогического тестирования;

- *навыками* применения разных типов шкал и норм (ОПК-8, 9).

Литература: [1, 6, 7]

Тема 10. Методы статистической обработки измерений (1 час семинарских занятий***).*** ²Учебные групповые дискуссии.

Вопросы для обсуждения. Математико-статистические методы в МФС. Критерии достоверности различий параметрических и непараметрических данных, уровни значимости. Корреляционный анализ. Коэффициент корреляции. Понятие о положительной и отрицательной корреляционной связи, ее классификация (сильная, слабая). Информационно-аналитическое обеспечение мониторинга.

Изучение темы направлено на получение:

- *знаний* методов математико-статистической обработки измерений;
- *умений* применять методы математико-статистической обработки измерений; использовать компьютерные программы для учета и корректирования выполняемой нагрузки в рекреационно-оздоровительной и рекреационно-реабилитационной деятельности
- *навыков* использования компьютерной техники для осуществления контроля состояния занимающихся лиц в сфере туристической и спортивно-оздоровительной деятельности (ОПК-8, 9).

Литература: [1, 2, 4, 5]

6. Самостоятельная работа студентов

Содержание самостоятельной работы студентов

№	Содержание работы (темы занятий)	Кол-во часов	Виды кон-ля
1.	1. Цели и задачи общероссийской системы МФС детей и подростков. 2. Основные положения МФС пожилого населения. 3. Объект мониторинга и его характеристики. 4. Принципы построения МФС. 5. Составные части системы МФС. Литература: [1, 6, 7]	12	Дискуссия
2	1.Концептуальная модель МФС детей, подростков и молодежи. 2. Опыт проведения региональных МФС. 3. Региональные МФС, их особенности 4. положительные и отрицательные стороны региональных МФС Литература: [6]	12	Дискуссия
3	1. Современные информационные технологии в популяционном МФС. 2. Аналитико-информационная и прогнозная система МФС 3. Возрастно-половые особенности физического развития. 4. Оперативный, текущий и этапный МФС. 5. Врачебно-педагогические наблюдения	12	Устный опрос

	МФС в процессе рекреационной деятельности. 6. Стандарты физической подготовленности и физического развития. 7. Исследование функционального состояния, физических и психологических качеств. Литература: [4, 8]		
4.	1. Понятия «здоровье», «болезнь». 2. Учение о здоровье и болезни. 3. Понятия «этиология» и «патогенез». 4.Понятия «конституция», «наследственность», «реактивность». 5. Понятия «иммунитет», «аллергия». 6. Общие и местные расстройства кровообращения. 7. Обмен веществ и рост тканей. 8. Понятия «гипоксия», «гипероксия», «тканевая гипоксия». 9. Понятия «некроз», «регенерация», «опухоли», «воспаление». 10. Дистрофия, атрофия, гипо- и гиперплазия, гипо- и гипертрофия. 11. Приспособление и компенсация. Литература: [9, 10]	12	Устный опрос
5.	1. Морфофункциональные особенности систем организма при сердечнососудистых заболеваниях (ИБС, ГБ, атеросклероз). 2. Морфофункциональные особенности систем организма при заболеваниях дыхательной системы (пневмония, легочный туберкулез, бронхиальная астма). 3. Морфофункциональные особенности систем организма при заболеваниях пищеварительной системы (гастрит, ЯБЖ, колит). 4. Морфофункциональные особенности систем организма при заболеваниях нервной системы (остеохондроз, радикулит, инсульт). 5. Морфофункциональные особенности систем организма при онкологических заболеваниях (лейкоз, рак различной локализации). Литература: [1, 9, 10]	12	Устный опрос
6.	1. Понятия «образ жизни», «здоровый образ жизни человека», «здоровый образ жизни населения», «валеология», «санология».	12	Дискус-сия

	2. Классификация валеологии. 3. Валеологический анализ здоровья, факторов здоровья и здорового образа жизни. 4. Социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни. Условия жизни. Факторы долголетия. 5. Двигательная активность и здоровье. 6. Психологические основы здоровья. 7. Основы рационального питания. 8. Иммунитет и здоровье. Т 9. Терморегуляция и здоровье (закаливание). 10. Рациональная организация жизнедеятельности. 11. Традиционные и нетрадиционные системы оздоровления Литература: [6, 7]		
7	1. Методы, средства и условия систематического мониторинга физического состояния. 2. Объекты и основные показатели медико-биологического и педагогического контроля и самоконтроля. 3. Анамнез. 4. Основные методы исследования. 5. Анкетирование, интервьюирование (работа с опросниками). 6. Методы функциональной диагностики 7. Методы тестирования физической подготовленности (силовые показатели, гибкость). 8. Основные умения и навыки. Владеть простыми методиками самотестирования, уметь оценивать и интерпретировать полученные результаты. Литература: [1, 6, 7]	12	Реферат
8	1. Основные критерии, методы и приемы регистрации и анализа. 2. Субъективные средства и методы текущего и поэтапного контроля физического состояния занимающихся лиц (здоровья, функционального состояния, телосложения и физической подготовленности). 3. Объективные средства и методы (инструментальные, аппаратурные). 4. Критерии физическое состояния. 5. Разработка плана и выбор методов исследования.	12	Устный опрос

	6. Регистрация данных МФС. 7. Аналитические методы в ходе МФС. Литература: [2, 6]		
9.	1. Основные положения теории измерений физического состояния лиц различного возраста и пола. 2. Основы теории тестов и оценок. 3. Типы измерительных шкал (наименований, порядка, отношений, интервальная) и норм, их характеристика и пригодность. 5. Достоверность различий между двумя зависимыми величинами. Критерии значимости. 6. Критерий Стьюдента. 7. Т-критерий Уайта. 8. Достоверность различий между двумя независимыми величинами 9. Коэффициент корреляции. Понятие о положительной и отрицательной корреляционной связи, ее классификация (сильная, слабая), достоверность. Литература: [1, 6, 7]	12	Устный опрос
10.	1. Применение технических средств, ЭВМ. 2. Применение современных компьютерных технологий в оперативном, текущем и поэтапном мониторинге физического состояния лиц различного возраста и пола в процессе рекреативно-оздоровительных занятий и туристской деятельности. 3. Интернет-технологии в процессе поиска и обмена информацией (электронная почта, телеконференции). Информационно-аналитическое обеспечение мониторинга. Литература: [1, 2, 4, 5]	15	Тестирование
Итого часов:		**123**	

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Иорданская Ф. А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов - резерва спорта высших достижений (этапы углубленной подготовки и совершенствования): монография/Ф.А. Иорданская.- М.: Советский спорт, 2011.- 142с.

2. Кожухар В.М. Основы научных исследований [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.М. Кожухар.- М.: ИТК "Дашков и К", 2010. Режим доступа: **http://rucont.ru/**, свободный.

3. Шкляр М. Ф. Основы научных исследований: учебное пособие /М.Ф. Шкляр.-4-е изд.-М.: Дашков и К, 2012.- 244 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная):

4. Воронов И.А. Информационные технологии в физической культуре и спорте: Учебное пособие.- СПб.: Изд-во СПбГУП, 2007.- 140 с.

5. Железняк Ю. Д. Основы научно - методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие / Ю.Д. Железняк.-3-е изд., испр. - М.: Академия, 2007.- 272с.

6. Изаак С.И. Мониторинг физического развития и физической подготовленности: теория и практика: Монография/ С.И. Изаак.- М.: Советский спорт, 2005.- 196 с.

7. Семёнов Л. А. Мониторинг кондиционной физической подготовленности в образовательных учреждениях: монография/Л. А. Семёнов.- М. : Советский спорт, 2007.- 168 с.

8. Селуянов В.Н. Научно-методическая деятельность: Учебник по направлению 032102 (022500) –Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура) / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков, И.П. Косьмина. - М.: Флинта: Наука, 2005.- 288 с.

9. Ходасевич Л.С. Конспект лекций по курсу частной патологии/ Л.С. Ходасевич.- М.: Издательство «Физическая культура», 2005.- 235 с.

10. Ходасевич Л.С. Конспект лекций по курсу общей патологии и тератологии, Л.С.Ходасевич.- М.: Издательство «Физическая культура», 2005.- 235 с

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1.1 Критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ОПК-8	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Преподавание по дополнительным образовательным программам). А/04.6 Педагогический контроль и оценка освоения дополнительных образовательных программ *05.005* «Инструктор-	*Знает:* -методы сбора, обработки и анализа информации; - средства (способы) фиксации динамики подготовленности и мотивации учащихся в процессе освоения дополнительной образовательной программы *Умеет:*

	методист» (Организационно-методическая деятельность в области физической культуры и спорта. Организационно-методическое обеспечение и координация образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта в образовательных организациях). D/02.6 Контроль тренировочного и образовательного процесса	-проводить оценку содержания и результатов тренировочного и образовательного процессов в секциях (группах); -корректировать процесс освоения образовательных программ, собственной педагогической деятельности по результатам педагогического контроля оценки освоения программы *Имеет опыт:* - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля и оценки
ОПК-9	01.004 «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования». (Педагогическая деятельность в области профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования). A/ 02.6 Педагогический контроль и оценка освоения образовательных программ ПО, СПО или ДПО в процессе промежуточной и итоговой аттестации	*Знает:* - методики разработки и применения контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств, интерпретации результатов контроля и оценивания; -методики контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека *Умеет:* - анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров у занимающихся на этапах спортивно-

	05.003 «Тренер» (Проведение тренировочных мероприятий и руководство соревновательной деятельностью. Подготовка занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном и начальной подготовки). B/02.5 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки *05.005* «Инструктор-методист» (Организационно-методическая деятельность в области физической культуры и спорта. Организационно-методическое обеспечение и координация образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта в образовательных организациях). D/02.6 Контроль тренировочного и образовательного процесса	оздоровительном, начальной подготовки, определять уровень мотивации занимающихся; - анализировать применение выбранных форм и методов диагностики, оценочных средств, корректировать их и собственную деятельность *Имеет опыт:* - оценки прироста индивидуальных показателей физической подготовки занимающихся, уровня освоения основ техники в виде спорта, внесение корректив в дальнейшую подготовку занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, определять уровень мотивации занимающихся - мониторинга выполнения нормативов и результатов, достигнутых занимающимися в секциях (группах)

7.2. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Показатели	*Критерии оценивания*	**Средства оценивания**
ОПК-8 способен осуществлять контроль программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения, подбирать на основе их анализа соответствующие средства и методы реализации программ		
Знает: - методы сбора, обработки и анализа информации; - средства (способы) фиксации динамики подготовленности и мотивации учащихся в процессе освоения дополнительной образовательной программы *Умеет:* -проводить оценку содержания и результатов тренировочного и образовательного процессов в секциях (группах); -корректировать процесс освоения образовательных программ, собственной педагогической деятельности по результатам педагогического контроля оценки освоения программы *Имеет опыт:* - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля и оценки	**Пороговый уровень** (удовлетворительно): Знает средства (способы) фиксации динамики подготовленности и мотивации учащихся Умеет проводить оценку содержания и результатов тренировочного и образовательного процессов в секциях (группах) Имеет опыт анализа результатов педагогического контроля и оценки **Стандартный уровень** (хорошо): Знает методы сбора, обработки и анализа информации Умеет корректировать процесс освоения образовательных программ Имеет опыт анализа и интерпретации результатов педагогического контроля **Эталонный уровень** (отлично): Знает методы сбора, обработки и анализа информации, способы фиксации динамики подготовленности и мотивации учащихся	Устный опрос тестирование

	Умеет корректировать процесс освоения образовательных программ, собственной педагогической деятельности по результатам педагогического контроля оценки освоения программы Имеет опыт анализа и интерпретации результатов педагогического контроля и оценки	
ОПК-9 способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся		
Знает: - методики разработки и применения контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств, интерпретации результатов контроля и оценивания; -методики контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека *Умеет:* - анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров у занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, определять уровень мотивации занимающихся;	**Пороговый уровень** (удовлетворительно): Знает методики контроля и оценки параметров человека Умеет определять уровень мотивации занимающихся Имеет опыт мониторинга выполнения нормативов **Стандартный уровень** (хорошо): Знает методики контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; Умеет анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров у занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, определять уровень мотивации занимающихся	Устный опрос тестирование

- анализировать применение выбранных форм и методов диагностики, оценочных средств, корректировать их и собственную деятельность *Имеет опыт:* - оценки прироста индивидуальных показателей физической подготовки занимающихся, уровня освоения основ техники в виде спорта, внесение корректив в дальнейшую подготовку занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, определять уровень мотивации занимающихся - мониторинга выполнения нормативов и результатов, достигнутых занимающимися в секциях (группах)	Имеет опыт мониторинга выполнения нормативов и результатов, достигнутых занимающимися в секциях (группах) **Эталонный уровень** (отлично): Знает методики разработки и применения контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств, интерпретации результатов контроля и оценивания Умеет анализировать применение выбранных форм и методов диагностики, оценочных средств, корректировать их и собственную деятельность Имеет опыт оценки прироста индивидуальных показателей физической подготовки занимающихся, уровня освоения основ техники в виде спорта, внесение корректив в дальнейшую подготовку занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, определять уровень мотивации занимающихся	

7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.3.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Способы их оценки основаны на различных методах текущего, промежуточного и итогового контроля.

Текущий контроль знаний студентов:

- устный опрос (групповой или индивидуальный);
- тестирование (письменное);

- контроль самостоятельной работы студентов (в письменной или устной форме);

- написание и защита реферата.

Промежуточная аттестация: итоги контрольно недели;

Итоговый контроль: экзамен.

Балльно-рейтинговая система итоговой государственной аттестации				
Виды аттестации	Текущая	Промежуточная		Итоговая
Рейтинг аттестации	Положительный групповой или индивидуальный ответ на занятии	Итоги контрольной недели: посещае-мость занятий, (50%)	Написание и защита реферата	Положительный индивидуальный ответ на экзамене
Баллы	40	40	40	40
Положительная оценка по сумме баллов	80-160			

Примерная шкала оценивания ответов обучающихся в ходе экзамена:

- оценка «отлично» выставляется студенту, обнаружившему всесторонние осознанные систематические знания учебного материала по теме и умение ими самостоятельно пользоваться, проявляющему творческие способности в понимании, изложении и использовании знаний, усвоившему взаимосвязь основных понятий дисциплины, в их значении для приобретаемой профессии (160 баллов);

- оценка «хорошо» выставляется студенту, обнаружившему полные знания учебного материала, усвоившему основные термины, понятия, закономерности, но при этом допускающему отдельные неточности в формулировке понятий и/или интерпретации примеров из образовательной практики, которые он исправляет самостоятельно при указании преподавателя на данные неточности (120 баллов);

- оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, обнаружившему знание большей части основного учебного материала в объѐме, необходимом для дальнейшего обучения и предстоящей работы по профессии, но допускающему неточности при ответе и/или интерпретации примеров из образовательной практики, которые исправляет после пояснений, данных преподавателем (80 баллов).

Темы рефератов

1. Аналитические процессы в системе МФС.
2. Современные информационные технологии в популяционном мониторинге физического состояния.
3. Основные критерии, методы и приемы регистрации и анализа мониторинга физического состояния занимающихся лиц.
4. Мониторинг оздоровительно-рекреационной деятельности в области оздоровительного туризма.
5. Признаки дизадптации дыхательной системы при неадекватной физической нагрузке у занимающихся оздоровительным туризмом
6. Морфофункциональные признаки актуальной патологии (хроническая пневмония, легочный туберкулез, бронхиальная астма).
7. Признаки дизадптации сердечнососудистой системы при неадекватной физической нагрузке у пожилых лиц
8. Морфофункциональные особенности заболеваний органов кровообращения (порок сердца, ишемическая болезнь сердца, гипертоническая болезнь, инсульт головного мозга)
9. Признаки дизадптации гепато-лиенального комплекса при неадекватной физической нагрузке у спортсменов-туристов
10. Морфофункциональные особенности заболеваний печени (гепатит, цирроз)
11. Мониторинг текущего состояния в восстановительном периоде спортсменов-туристов
12. Мониторинг текущего состояния в процессе оздоровительно-рекреационной деятельности
13. Мониторинг физического состояния лиц, занимающихся лечебно-оздоровительным туризмом
14. МФС в ходе паркового и дворового ориентирования пожилых лиц
15. Организация МФС в процессе занятий подростков оздоровительным ориентированием
16. Аналитическо-информационная и прогнозная функция МФС
17. Формирование баз данных МФС в популяционных исследованиях
18. Способы и приемы регистрации информации в ходе МФС

Правила оформления рефератов. Работа оформляется на листах А4 (210х297 мм) 14 шрифтом с 1,5 строчным интервалом с соблюдением следующих размеров: верхнее – 20, правое – 10, левое и нижнее – не менее 20 мм.. Каждая строка не более 60-65 знаков, включая интервалы между словами. Каждая страница должна быть пронумерована (первая страница – титульный лист без номера, вторая страница – «оглавление» под номером 2),

номера страниц указывать на середине верхней части листа без точек и литерных знаков.

Названия глав пишутся прописными буквами, названия подразделов – строчными. Заголовки пишутся по центру, отделяя их от текста сверху и снизу 3 интервалами, точки в конце заголовков и подзаголовков не ставятся, при этом не допускаются переносы.

Текст должен делиться на абзацы по смыслу. Абзац начинается с красной строки (отступ – 5 печатных знаков).

7.3.2 Тестовые задания по дисциплине

«Мониторинг физического состояния»

(выбрать один правильный ответ)

1. Что означает понятие «мониторинг физического состояния»?

1. МФС – слежение за проблемами здоровья населения территории в целом, социальных групп и личностей;

2. МФС – постоянное наблюдение за ходом оздоровительной работы среди населения с тем, чтобы обеспечить выполнение плана;

3. МФС - система постоянно осуществляемых динамических наблюдений за физическим развитием и физическими навыками различных групп населения (детей, подростков, молодежи, пожилых людей и др.).

4. МФС – длительное наблюдение за состоянием ряда жизненно важных функций организма путем регистрации показателей этих функций.

2. Какова цель МФС физического развития детей, подростков и молодежи?

1. МФС нацелен на поиск нестандартных или креативных путей решения проблем здоровья населения, расчет необходимых ресурсов, оценку тенденций процессов, прогноз развития этих тенденций;

2. МФС имеет проблемно-целевую направленность на анализ болевых точек и проблем здоровья населения территории в целом, социальных групп и личностей;

3. МФС должен прослеживать в динамике за ряд лет показателей здоровья и уровней влияющих на него факторов среди населения, включенного в указанную программу.

4. Целью общероссийской системы МФС детей, подростков и молодежи является получение информации, необходимой для принятия обоснованных управленческих решений по укреплению здоровья населения.

3. Каковы задачи МФС физического развития детей, подростков и молодежи?

1. Выявление причинно-следственных связей между физическим состоянием детей, подростков, молодежи и воздействием факторов среды обитания, оказывающих на них негативное воздействие;

2. Прогнозирование состояния физического здоровья и физического развития детей, подростков и молодежи и подготовка решений по реализации мер, направленных на укрепление физического здоровья населения;

3. Формирование федерального информационного фонда о состоянии физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи и информирование государственных органов, органов местного самоуправления и граждан о результатах, полученных в ходе мониторинга;

4. Все перечисленные.

4. Каковы составные части МФС?

1. Составные части системы мониторинга физического состояния – это подсистемы: сбора и обработки информации, расчета относительных показателей, формирования баз данных, аналитики и управленческого решения по результатам мониторинга;

2. МФС построен по следующим принципам: системности, комплексности, проблемно-целевой ориентации, научности, разнообразия, оптимизации.

3. МФС состоит из следующих процедур: выявление актуальной проблемы, формулирование цели и задач, определение объекта исследования.

4. МФС предназначен для обследования выделенного объекта наблюдения, оценки и анализа состояния объекта наблюдения, прогнозирования, изменения состояния объекта наблюдения, представления результатов.

5. Что характеризует этапы становления МФС?

1. Опыт проведения региональных МФС, региональные модели мониторинга физического состояния, современные информационные технологии в популяционном МФС;

2. Состав показателей, периодичность получения информации, способы движения информационных потоков, необходимость решения демографических проблем, ухудшение здоровья населения;

3. Определение концепции мониторинга, формирование информационной базы, 4. 4. Аналитическая обработка полученной информации и выводы по результатам мониторинга, представление результатов мониторинга.

6. Что входит в понятие аналитического обеспечения мониторинга?

1. Определение наиболее значимых факторов, оказывающих влияние на состояние физического здоровья;

2. Расчет динамики показателей, построение графиков и диаграмм по результатам исследования;

3. Определение направления оздоровительных и профилактических мероприятий по укреплению здоровья;

4. Все перечисленное.

7. Какова цель возрастно-половых исследований в рамках МФС?

1. Выявить особенности физического развития детей в популяции: определение тенденций и перспектив развития (акселерация, ретардация);

2. Определить уровень физической подготовленности здоровых детей и подростков в регионе (высокий, средний, низкий);

3. Оценить уровни двигательной активности и физической подготовленности пожилых людей.

4. Все перечисленные.

8. Какова цель МФС в процессе рекреационной и туристической деятельности?

1. Изучить эффективность рекреационной и туристической деятельности по изменению параметров физического состояния занимающихся;

2. Определить стандарты физической подготовленности и физического развития для допуска к рекреационной и туристической деятельности;

3. Выявление негативных отклонений параметров физического состояния в процессе рекреационной и туристической деятельности;

4. Все перечисленные.

9. Какие различают виды МФС?

1. Индивидуальный
2. Групповой
3. Популяционный.
4. Все перечисленные.

10. Как организуется проведение научного исследования?

1. Организация научного исследования – это правильное планирование времени, как ведущего момента личной организованности;

2. Организация научного исследования – то систематическая, планомерная, наиболее эффективная индивидуальная деятельность;

3. Организация научного исследования – это создание одинаковых условий или обеспечение рабочей обстановки (оборудование, инвентарь, аппаратура, помещение и др.) при повторных сравнительных экспериментальных исследованиях;

4. Организация научных исследований – проведение исследований, соответствующих плану и задачам исследования.

11. Что такое грант?

1. Определенная сумма денег, которую выделяет Олимпийский национальный фонд США на решение актуальной проблемы в спортивной науке;

2. Сумма денег, которую выделяют исследователю (независимо от страны), у которого больше шансов решить важную прикладную научную проблему;

3. Ежегодная Нобелевская премия;

4. Выделение средств на проведение плановых исследований.

12. Каковы признаки достоверности различий при сравнительном анализе данных МФС?

1. Достоверным является различие средних арифметических показателей при большой выборке;

2. Достоверным является различие средних арифметических показателей при малой выборке, если результаты параметрических измерений соответствуют нормальному распределению, а полученный коэффицент Стьюдента окажется больше критического при уровне значимости ($p < 0,05$);

3. Достоверным является различие средних арифметических показателей, если результаты измерений представлены по 2 шкалам: интервальной и отношения;

4. Достоверным является различие непараметрических показателей в соответствии с правилом 3 сигм.

13. Какое должно быть соотношение эмпирического и критического значений t-критерия Стьюдента, чтобы различия между выборочными средними величинами являлись статистически достоверными?

1. $t_э > t_к$; 2. $t_э < t_к$; 3. $t_э = t_к$; 4. $t_э \neq t_к$.

14. Какой уровень значимости чаще выбирают в физической культуре и спорте?

1. $p > 0,05$; 2. $p < 0,05$; ; 3. $p > 0,01$; 4. $p < 0,01$.

15. Какие рисунки отражают динамику функциональной зависимости (например, характер изменения абсолютных или относительных величин во времени) при анализе статистических данных?

1. Графики, диаграммы;
2. Круговые диаграммы;
3. Фотоматериалы;
4. Видеоматериалы.

16. Каково значение понятия «здоровье»?

1. Здоровье – это оптимальное функционирование организма;

2. Здоровье – это нормальное функционирование на всех уровнях организации: организма, органов, тканевых, клеточных и генетических структур;

3. Здоровье – это не только отсутствие болезни или физического недостатка, а состояние полного физического, умственного и социального благополучия;

4. Здоровье – это состояние динамического равновесия между адаптационными (приспособительными) возможностями организма и меняющимся параметрам внешней среды.

17. Каково значение понятия «патология»?

1. Патология - наука, изучающая болезни, их сущность и закономерности развития. 2. Патология – наука о патологических изменениях функций и структур в больном организме.

3. Патология – наука о наиболее общих закономерностях патологических процессов, лежащих в основе любой болезни независимо от

вызвавшей ее причины, индивидуальных особенностей, специфических условий окружающей среды.

4. Патология изучает расстройства обмена веществ, нарушение кровообращения, воспаление, иммунологические процессы, закономерности опухолевого роста, инфекционный процесс.

18. Что означает понятие «конституция»?

1. Конституция – это совокупность относительно устойчивых морфологических и функциональных свойств организма человека;

2. Конституция обусловлена наследственностью, а также продолжительным влиянием окружающей среды;

3. Конституция выделяет среди людей группы лиц по анатомо-функциональным признакам вне зависимости от возраста и пола;

4. Все перечисленное.

19. Что такое наследственность?

1. Наследственность – специфическое свойство живых организмов передавать потомству признаки и особенности реагирования предыдущих поколений;

2. Наследственность выделяет типы индивидуального развития, типы высшей нервной деятельности и обмена веществ;

3. Наследственность – передача генетической информации о признаках от одного поколения другому с помощью перераспределения генетического материала: ядерного (гены в хромосомах), внеядерного или цитоплазматического, в том числе пластидного (гены в ДНК органоидов);

4. Наследственность реализуется на базе наследования морфологических типов;

20. Чем характеризуется воспаление?

а. Боль, усиливающаяся при движении, и отечность краев раны;

2. Местное повышение температуры и покраснение (гиперемия) вокруг раны;

3. Нарушение двигательной функции поврежденного органа.

4. Изменения микроциркуляции, системы крови и соединительной ткани, направленные на изоляцию и устранение повреждающего агента и восстановление поврежденных тканей.

Ключ к тестам с компетенциями

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3	4	4	1	1	4	4	4	3	3
ОПК-8	ОПК-8	ОПК-8	ОПК-8	ОПК-8	ОПК-9	ОПК-8	0ПК-8	ОПК-8	ОПК-8
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
2	2	1	4	3	4	3	1	4	3
ОПК-8	ОПК-9	ОПК-9	ОПК-9	ОПК-9	ОПК-9	ОПК-8	ОПК-8	ОПК-9	ОПК-9

Принципы оценки тестового контроля: 18 – 20 ответов правильные – 5; 15 – 17 ответов правильные – 4; 12 – 14 ответов правильные – 3 балла.

7.3.3 Вопросы для подготовки к экзамену

1. Понятие «мониторинг физического состояния» лиц, занимающихся оздоровительным туризмом»
2. Значение изучения основ МФС для специалиста по оздоровительно-рекреационной и туристической работе.
3. История развития и основные этапы становления МФС в процессе физкультурно-рекреативной и туристской деятельности.
4. Целевая направленность МФС в оздоровительном туризме
5. Основные этапы становления МФС в процессе физкультурно-рекреативной и туристской деятельности.
6. Роль изучения возрастно-половых особенностей и тенденций физического развития (акселерация, ретардация) в популяционном МФС.
7. Принципы построения мониторинга (системности, комплексности, проблемно-целевой ориентации, научности, разнообразия, оптимизации).
8. Структура и составные части аналитико-информационной и прогнозной системы МФС
9. Особенности моделей МФС детей, подростков и молодежи (на примере некоторых округов РФ).
10. Особенности модели МФС пожилых людей.
11. Этапный контроль лиц различного возраста и пола в процессе оздоровительно-рекреационной деятельности
12. Текущий контроль лиц различного возраста и пола в процессе оздоровительно-рекреационной деятельности.
13. Промежуточный контроль лиц различного возраста и пола в процессе оздоровительно-рекреационной деятельности.
14. Концептуальная модель популяционного МФС.
15. Региональные модели МФС (на примере опыта проведения МФС в некоторых округах РФ).
16. Порядок проведения МФС.
17. Особенности общероссийской модели МФС.
18. Основы теории измерений физического состояния. Теория тестов и оценок.
19. Возрастно-половые особенности физического развития. Оценка физического развития в ходе МФС детей и подростков
20. Стандарты физического развития. Уровни физического развития (высокий, выше среднего, средний, ниже среднего, низкий).
21. Исследование функционального состояния занимающихся в ходе МФС.

22. Роль педагогических наблюдений в процессе оздоровительно-рекреационной деятельности.
23. Оценка физической подготовленности в ходе МФС. Стандарты физической подготовленности.
24. Исследование уровня подготовленности к туристической деятельности.
25. Периодичность получения информации в ходе МФС.
26. Организация исследований в ходе МФС.
27. Аналитические процессы в ходе МФС. Роль информационных технологий в мониторинге физического состояния.
28. Основные критерии, методы и приемы регистрации и анализа.
29. Общее учение о здоровье и его компонентах. Понятие «здоровье». Критерии здоровья. Группы здоровья. Оценка уровня здоровья.
30. Понятие об общественном и индивидуальном здоровье.
31. Современное представление о «здоровом образе жизни».
32. Особенности развития (конституция, наследственность).
33. Роль двигательной активности в формировании здоровья.
34. Терморегуляция и здоровье (закаливание).
35. Социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни.
36. Основы рационального питания.
37. Психологические основы здоровья.
38. Факторы активного долголетия. Традиционные и нетрадиционные системы оздоровления.
39. Общее учение о болезни. Этиология, патогенез.
40. Реактивность. Иммунитет. Аллергия. Воспаление. Гипертермия.
41. Общие и местные расстройства кровообращения (нарушение тканевого питания, обмена веществ и роста тканей, гипоксия, гипероксия, тканевая гипоксия).
42. Гипертрофия, гипотрофия, дистрофия, атрофия.
43. Гипоплазия, гиперплазия, дисплазия, опухоль.
44. Некроз, регенерация, приспособление и компенсация.
45. Морфофункциональные нарушения при дизадаптации гепатобилиарной системы у спортсменов, при обострении болезней печени (гепатит, цирроз).
46. Морфофункциональные нарушения при дизадаптации дыхательной системы у спортсменов и при болезнях дыхательной системы (пневмония, легочный туберкулез, бронхиальная астма).
47. Морфофункциональные нарушения при дизадаптации гепато-лиенальной системы и заболеваниях органов пищеварения (гастрит, язва желудка, колит, кишечная инфекция)
48. Морфофункциональные особенности онкологических заболеваний.
49. Морфофункциональные нарушения при дизадаптации системы кровообращения и при сердечнососудистых заболеваниях (ишемическая болезнь сердца, гипертоническая болезнь, атеросклероз сосудов мозга).

50. Морфофункциональные нарушения при дизадаптации и заболеваниях мочевыводящей системы (цистит, пиелонефрит) и урологических заболеваниях (простатит).
51. Морфофункциональные расстройства нервной системы (радикулит).
52. Требования и условия проведения мониторинга физического состояния в сфере оздоровительного туризма.
53. Педагогическое тестирование в ходе МФС.
54. Методы МФС (антропометрические, опроса, функциональные пробы, инструментальные)
55. Методы и приемы регистрации и анализа.
56 . Средства и методы текущего контроля физического состояния занимающихся лиц (выявление признаков переутомления, снижение спортивных достижений)
57. Средства и методы МФС (оценка уровня здоровья, изучение уровня физического развития, функциональной и физической подготовленности).
58. Интернет-технологии в процессе поиска и обмена информацией (электронная почта, телеконференции).
59. Типы измерительных шкал (наименований, порядка, отношений, интервальная) и норм.
60. Аналитическое значение математико-статистической обработки первичных данных МФС.
61. Стандартизация первичных данных в популяционном мониторинге
62. Аналитическое значение изучения достоверности различий между результатами двух независимых исследований (параметрический показатель, уровень значимости, критерий Стьюдента, его критический уровень).
63. Изучение полярности, силы и достоверной взаимозависимости между различными, но связанными между собой показателями (корреляционное поле, коэффициент корреляции, его критический уровень).

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Рекомендуемая литература (основная):

1. Иорданская Ф. А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов - резерва спорта высших достижений (этапы углубленной подготовки и совершенствования): монография/Ф.А. Иорданская.- М.: Советский спорт, 2011.- 142с.

2. Кожухар В.М. Основы научных исследований [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.М. Кожухар.- М.: ИТК "Дашков и К", 2010. Режим доступа: **http://rucont.ru/**, свободный.

3. Шкляр М. Ф. Основы научных исследований: учебное пособие /М.Ф. Шкляр.-4-е изд.-М.: Дашков и К, 2012.- 244 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная):

4. Воронов И.А. Информационные технологии в физической культуре и спорте: Учебное пособие.- СПб.: Изд-во СПбГУП, 2007.- 140 с.

5. Железняк Ю. Д. Основы научно - методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие / Ю.Д. Железняк.-3-е изд., испр. - М.: Академия, 2007.- 272с.

6. Изаак С.И. Мониторинг физического развития и физической подготовленности: теория и практика: Монография/ С.И. Изаак.- М.: Советский спорт, 2005.- 196 с.

7. Семёнов Л. А. Мониторинг кондиционной физической подготовленности в образовательных учреждениях: монография/Л. А. Семёнов.- М. : Советский спорт, 2007.- 168 с.

8. Селуянов В.Н. Научно-методическая деятельность: Учебник по направлению 032102 (022500) –Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура) / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков, И.П. Косьмина. - М.: Флинта: Наука, 2005.- 288 с.

9. Ходасевич Л.С. Конспект лекций по курсу частной патологии/ Л.С. Ходасевич.- М.: Издательство «Физическая культура», 2005.- 235 с.

10. Ходасевич Л.С. Конспект лекций по курсу общей патологии и тератологии, Л.С.Ходасевич.- М.: Издательство «Физическая культура», 2005.- 235 с.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1. Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система «Национальный цифровой ресурс «Руконт»

2. Электронная библиотека научных публикаций – eLIBRARY.RU (http://elibrary.ru) И др.

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Евсеев, С.П. Технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре [Электрон. ресурс]: учеб. пособие / М.В. Томилова, О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев.— М.: Советский спорт, 2013.— Режим доступа: http://www.rucont.ru/efd/279275

2. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электрон. ресурс]: учеб. пособие / ред.: С.П. Евсеев.—М.:Советский спорт,2014.— Режим доступа: http://www.rucont.ru/efd/279258

3. Ромашин, О.В. Система управления процессом целенаправленного оздоровления человека [Электрон. ресурс]: учеб. пособие / О.В. Ромашин.— М.: Советский спорт, 2009.— Режим доступа: http://www.rucont.ru/efd/187908

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Студентам при освоении курса дисциплины «Мониторинг физического состояния» следует обратить особое внимание на усвоение трудных медико-биологических, математико-статистических, информационных и научных понятий и терминов, рекомендуется вести собственный глоссарий (словарь трудных терминов и понятий). Причем, следует сделать это в самом начале освоения курса, так как изложение курса базируется именно на этих понятиях, и их непонимание серьезно осложнит дальнейшее освоение курса.

При изучении теоретического раздела по темам «Предмет, задачи, структура МФС» в области АФК и АС необходимо иметь разносторонние знания во многих областях фундаментальных и прикладных наук, а также четкое представление, с одной стороны, об отечественной концептуальной модели системы МФС детей подростков и молодежи, региональных моделях МФС детей и подростков, осуществленных в 6 регионах России, а с другой стороны, о исследованиях в области АФК, тренировочных эффектах в области реабилитационного и адаптивного спорта, методических подходах к изучению физического развития, функционального состояния; физической, психической и социальной составляющих подготовленности, быть компетентным в области современных методов исследования, новых компьютерных технологий и математико-статистической обработки данных.

Изучая темы, включающие проблемы здорового образа жизни, следует обратить внимание на формирование физической культуры личности во время пребывания в рекреационной зоне, привитие активного образа жизни, воспитания мотивации приверженности к основным компонентам здорового образа жизни, открывающих перспективы долголетия и здоровья

При изучении тем «Методы, средства и условия МФС» и «Основные критерии, методы и приемы регистрации и анализа» следует обратить на

неинвазивность, информативность и доступность для тренера и инструктора АФК используемых методов оценки эффективности педагогических методик, возможность их использования в полевых условиях в сфере АС, а также тщательный отбор показателей физического состояния, имеющих интегральное значение.

Для поиска закономерностей в состоянии здоровья обследуемых лиц необходимо овладеть методами математико-статистической обработки полученных результатов, методами проведения корреляционных исследований, знания форм представления результатов научных исследований.

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для проведения аудиторных занятий имеется специализированная аудитория, оборудованная мультимедийным проектором.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 301 -помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 22; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная.
2.	Аудитория № 303 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 22; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная.
	Аудитория № 304 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 22; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная.

Лицензионное программное обеспечение

е	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
2	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений
3	Яндекс Браузер	16.08.2016	Интернет-браузер

	Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/		(в реестре отечественного ПО номер 3722)
4	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО (в реестре отечественного ПО номер 3205)

Согласовано

Ответственный за ОПОП
к.п.н., доцент _____ З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра теории и методики физической культуры и спорта

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«28» 05 2026 г.
протокол № 10
Заведующий кафедрой Т.М. Булкова

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«29» 05 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКАФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Основной профессиональной образовательной программы
по направлению 49.03.03 – «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 3, 4
Семестр – 6, 7, 8
Итоговая форма контроля – экзамен (7, 8 семестры)

Рабочую программу разработали:
Булкова Т.М., к.п.н., доцент
Кондрашенкова А.В., ст. преподаватель

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА…… 3
1.1. Выписка из ФГОС 3++…… 3
1.2. Краткая характеристика изучаемой дисциплины…… 3
2. Результаты обучения по дисциплине……... 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП…… 9
4. Объем дисциплины и виды учебной работы……. 10
5. Содержание дисциплины……. 10
5.1. Количество часов по видам занятий……. 10
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий……. 11
5.2.1. Содержание лекционных занятий…….. 11
5.2.2. Содержание практических занятий…… 14
6. Самостоятельная работа студентов…….. 17
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации…….. 23
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины…….. 23
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы……. 28
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля…… 28
7.2.2. Тестовые задания по дисциплине……. 28
7.2.3. Вопросы к зачету (экзамену)…….. 37
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины…… 42
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины……. 42
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины…….. 43
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины…….. 43
12. ПРИЛОЖЕНИЕ……. 46

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1.Выписка из ФГОС 3++

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения);

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- педагогические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские;
- тренерские;
- организационно-методические;
- рекреационно-оздоровительные.

Профессиональные стандарты* (ПС)*:

- 01.001 – Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) **(ПОО)**;
- 01.003 – Педагог дополнительного образования детей и взрослых **(ПДО)**;
- 05.003 – Тренер **(Т).**

Количество часов, отведенных на занятия лекционного типа в целом по блоку 1 дисциплины «Теория и методика физической культуры» составляет не более 50 % от общего количества часов аудиторных занятий, отведенных на реализацию данного блока

1.2. Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Теория и методика физической культуры» реализуется в рамках обязательной части Блока 1 учебного плана (Б1.О.18), разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.03.03 – «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм».

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Теория и методика физической культуры» состоит из трех самостоятельных разделов:

1. Общие основы теории и методики физической культуры.

2. Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры в различные периоды жизни человека
3. Теория и методика спорта.

В первом разделе раскрываются:

- история становления общей теории и методики физической культуры;
- понятийный аппарат теории физической культуры;
- научно-методические, программно-нормативные основы системы физического воспитания;
- система принципов, средств, методов и форм физического воспитания;
- основы обучения двигательным действиям.

Во втором разделе рассматриваются особенности направленного использования физической культуры в различные периоды жизни человека:

- теоретико-методические положения занятий физическими упражнениями детей дошкольного и школьного возраста, студентов и взрослых людей.

В третьем разделе дается характеристика спорта как составной части физической культуры:

- спорт в системе физической культуры;
- сущность спортивной тренировки (цель, задачи, средства, общие и специальные принципы);
- подготовка спортсмена в процессе тренировки;
- построение спортивной тренировки спортсмена;
- планирование, контроль и учет в процессе спортивной тренировки спортсменов.

Учебный процесс по дисциплине «Теория и методика физической культуры» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекций и микролекций, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, составление документов планирования по физической культуре в общеобразовательной школе, подготовка к прохождению педагогической практики в общеобразовательной школе.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-1 – способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста;

ОПК-2 – способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

ОПК-3 – способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью;

ОПК-9 – способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся;

ПК-1 – способен реализовывать образовательный процесс в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования;

ПК-2 – способен реализовывать образовательный процесс по дополнительным общеобразовательным программ, программам профессионального обучения, среднего

профессионального образования (СПО), дополнительным профессиональным программам (ДПП);

ПК-3 – способен осуществлять учебно-тренировочный процесс на различных этапах подготовки.

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать: положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования, целевые результаты и параметры применяемых нагрузок, методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования, основные и дополнительные формы занятий, документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах характеристику современных программ по физическому воспитанию в общеобразовательной школе, их структуру и содержание **Уметь:** планировать тренировочный процесс на разных стадиях и этапах, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; самостоятельно определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и методов, устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха в режиме учебного и вне учебного времени; разрабатывать документы планирования по предмету физическая культура на основе примерных основных общеобразовательных программ (годовой и календарно- тематический планы, конспекты занятий) с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся,	ПС «Педагог дополнительного образования» A/02.6 Организация досуговой деятельности учащихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы. A/05.6 Разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы. ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» A/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение. B/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования ПС «Тренер» A/01.5 Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся B/03.5 Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки	ОПК-1

; осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе. **Иметь опыт:** применения общетеоретических знаний, методических (технологических), в том числе инновационных при разработке документов планирования тренировочного и образовательного процессов, активного отдыха в режиме учебного и вне учебного времени		
Знает: классификацию средств физического воспитания; характеристику методов развития физических качеств, обучения двигательным действиям, организации и воспитания занимающихся; формы построения занятий в физическом воспитании, структуру и содержание урока физической культуры; методические особенности физического воспитания различных категорий населения **Умеет:** объяснить различным слоям населения значение различных средств физического воспитания; осуществлять подбор средств и методов, адекватных возрасту занимающихся **Имеет опыт:** применения средств, методов, приемов и форм обучения и воспитания на уроках физической культуры, в учебно-тренировочном процессе и физкультурно-оздоровительных занятиях различных слоев населения	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» B/02.6 Педагогическая деятельность по реализации программ начального общего образования B/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования ПС «Педагог дополнительного образования» A/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы. ПС «Тренер» A/01.5 Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся B/03.5 Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки	ОПК-2
Знает: теоретико-методические основы обучения двигательным действиям; технику безопасности на занятиях учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой направленности; особенности организации и проведения занятий по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возрастов, учащимися средних специальных и высших учебных заведений; **Умеет:** обучать технике двигательных действий	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» A/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение. B/01.5 Педагогическая деятельность по реализации программ дошкольного образования B/02.6 Педагогическая деятельность по реализации программ начального общего образования B/03.6 Педагогическая деятельность по	ОПК-3

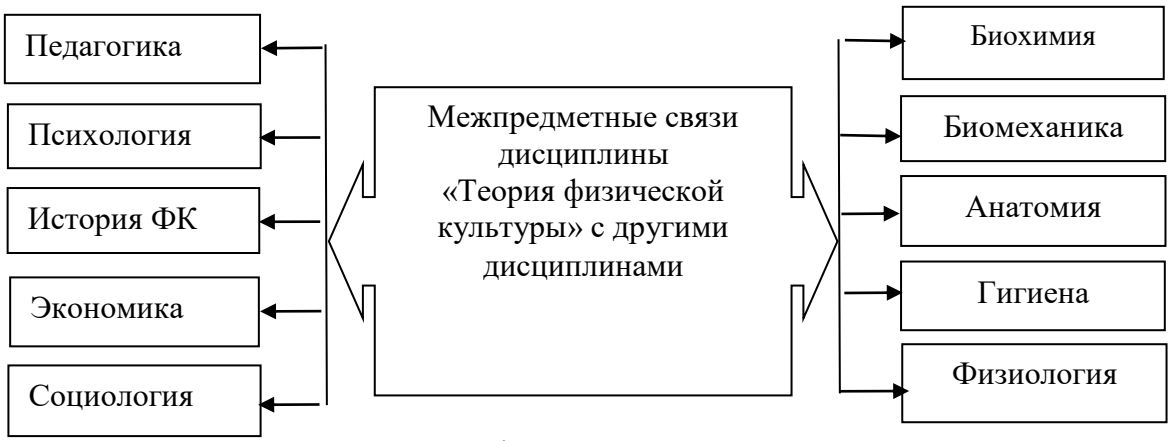
по различным разделам программы: гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке **Имеет опыт:** проведения занятий по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возрастов, учащимися средних специальных и высших учебных заведений	реализации программ основного и среднего общего образования ПС «Педагог дополнительного образования» А/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы. ПС «Тренер» В/03.5 Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки	
Знает: Характеристику средств, методов, форм контроля результатов образовательной деятельности; методику определения общей и двигательной плотности урока, их нормы и способы повышения; методику определения интенсивности нагрузки на уроке; методику проведения педагогического анализа; методику оценки физической подготовленности занимающихся разных возрастных групп. **Умеет:** проводить хронометрирование, пульсометрию и педагогический анализ урока физической культуры (физкультурного и учебно-тренировочного занятий); осуществлять контроль физической подготовленности и применять контрольные упражнения для определения уровня развития физических способностей **Имеет опыт:** осуществления педагогического контроля за деятельностью учителя физической культуры; оценивания результатов освоения образовательной деятельности; оценки и контроля физических способностей и функционального состояния обучающихся, техники выполнения физических упражнений.	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» В/01.5 Педагогическая деятельность по реализации программ дошкольного образования В/02.6 Педагогическая деятельность по реализации программ начального общего образования В/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования ПС «Педагог дополнительного образования» А/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы. ПС «Тренер» В/03.5 Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки	ОПК-9
Знает: классификацию средств физического воспитания детей дошкольного и школьного возрастов; характеристику методов развития физических качеств, обучения	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» В/02.6 Педагогическая деятельность по	ПК-1

двигательным действиям, организации и воспитания занимающихся, в условиях дошкольного и школьного образования; формы построения занятий в физическом воспитании, структуру и содержание урока физической культуры и физкультурно-оздоровительного занятия; методические особенности физического воспитания детей дошкольного и школьного возрастов; **Умеет:** объяснить осуществлять образовательный процесс в условиях ДОУ и ОШ; осуществлять подбор средств и методов, адекватных возрасту занимающихся **Имеет опыт:** применения средств, методов, приемов и форм обучения и воспитания на уроках физической культуры, физкультурно-оздоровительных занятиях с детьми разных возрастов	реализации программ начального общего образования В/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования ПС «Педагог дополнительного образования» А/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы.	
Знает: принципы и порядок разработки учебно-программной документации по физической культуре и спорту; систему организации образовательного процесса по программам дополнительного, профессионального и среднего профессионального обучения; **Умеет:** определять и планировать содержание методического обеспечения образовательного процесса; анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности. **Имеет опыт:** применения профессиональных знаний методического характера в том числе, инновационных для обеспечения и контроля образовательного процесса, их аргументации, проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и	ПС «Педагог дополнительного образования» А/05.6 Разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы. С/03.6 Организация дополнительного образования детей и взрослых по одному или нескольким направлениям деятельности.	ПК-2

спортивных игр, плавания, лыжной подготовки.		
Знает: основы обучения технике двигательных действий систему организации учебно-тренировочного процесса по видам подготовки, спортивным дисциплинам; **Умеет:** реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся; разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта. **Имеет опыт:** проведения занятий по видам подготовки в области детско-юношеского и массового спорта; организации деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы	A/01.5 Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся B/03.5 Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки C/01.6Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) C/03.6Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной ПС «Педагог дополнительного образования» A/01.6 Организация деятельности учащихся, направленная на освоение дополнительной общеобразовательной программы	ПК-3

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина теория и методика физической культуры относится к обязательной части Б1.О.21. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 и 4 курсах по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля: экзамен. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: анатомия человека, физиология, биомеханика двигательной деятельности, биохимия человека, история физической культуры, педагогика, психология и социология (рис. 1).



Дисциплина «Теория и методика физической культуры» является предшествующей для прохождения учебной и производственной практик, а также для освоения следующих дисциплин: «Теория и методика избранного вида спорта», «Теория и методика обучения базовым видам спорта», «Педагогика физической культуры», «Психология физической культуры».

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика физической культуры» имеет трудоемкость, равную 7 зачетным единицам (252 часа)

Распределение часов по видам учебной работы

Виды занятий		Распределение часов по курсам и семестрам			Итого
		3 курс	4 курс		
		6 с	7 с	8 с	
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**8**	**12**	**10**	**30**
Лекции		4	4	4	12
Семинарские занятия		4	8	6	18
Промежуточная аттестация (экзамен)		-	9	9	18
Самостоятельная работа		64	51	89	204
Общая трудоемкость	**часы**	**72**	**72**	**108**	**252**
	ЗЕ	**2**	**2**	**3**	**7**

5. Содержание дисциплины

5.1.Количество часов по видам занятий

Модуль 1. Общие основы теории физической культуры (72 часа).

Модуль 2. Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры в различные периоды жизни человека (63 часа + 9 часов экзамен).

Модуль 3. Теория и методика спорта (99 часов + 9 часов экзамен).

Разделы, модули, темы	**Виды учебных работ**			
	Всего часов	Лекции	Семина-ры	Самос-тоят. работа
Общие основы теории физической культуры (72 часа) (6 семестр)				
1. Введение в теорию физической культуры	16	2		14
2. Система физического воспитания РФ *	14		2	12
3. Средства, методы и формы физического воспитания*	26	2		24
4. Основы обучения двигательному действию	16		2	14
Итого:	**72**	**4**	**4**	**64**
Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры в различные периоды жизни человека (63 часа + 9 часов экзамен) **(7 семестр)**				
1. Физическое воспитание детей дошкольного возраста*	9	2		7
2. Физическое воспитание детей школьного возраста *	8	2		6
3. Система планирования работы по физическому воспитанию в общеобразовательной школе	14		4	10
4. Педагогический контроль деятельности учителя физической культуры в	14		4	10

общеобразовательной школе				
5. Физическое воспитание студенческой молодежи*	6			6
6. Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности *	6			6
7. Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте *	6			6
Итого:	**63**	**4**	**8**	**51**
Теория и методика спорта (99 часов + 9 часов экзамен) 8 семестр				
1. Спорт в системе физической культуры	16			16
2. Цель, задачи, средства, методы и основные принципы спортивной тренировки	14	2		12
3. Подготовка спортсмена в процессе тренировки	14	2		12
4. Основы построения спортивной тренировки *	14		2	12
5. Теоретико-практические основы развития физических способностей (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости)*	27		2	25
6. Отбор и ориентация спортсменов в процессе многолетней подготовки	14		2	12
Итого:	**99**	**4**	**6**	**89**
Всего:	**234**	**12**	**18**	**204**

Примечание: * - лекционные и групповые занятия, проводимые в интерактивных формах.

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий

Модуль 1. Общие основы теории физической культуры (4 часа)
6 семестр
Лекция № 1: Введение в теорию физической культуры (2 часа)

План:

1. Теория физической культуры, как научная и учебная дисциплина.
2. Теория физической культуры, её исходные (основные) понятия.
3. Структура и функции физической культуры в обществе.

Краткое содержание:

Культура как совокупность материальных и духовных ценностей человека. Понятие «физическая культура» в узком и широком смысле трактовки. Аспекты, виды, формы и функции физической культуры. Характеристика основных понятий теории физической культуры: «спорт», физическое воспитание, физическое развитие, физическое образование, физическая подготовка, физическая подготовленность, физическое совершенство, физическая рекреация и двигательная реабилитация.

Изучение данной лекции направлено на приобретение студентами знаний о физической культуре, основных понятиях теории физической культуры, основ и звеньев системы физического воспитания РФ; умений объяснять роль физической культуры в человеческой жизнедеятельности, направленность различных основ системы

физического воспитания; навыков анализа источников возникновения и развития дисциплины «ТиМФК»; формирования общепрофессиональных компетенций (ОПК-1).

Лекция № 2: Средства, методы и формы физического воспитания (2 часа)

План:

1. Понятия о средствах ФВ. Классификация, содержание и форма физических упражнений.
2. Понятие о технике физических упражнений и её характеристики.
3. Методы физического воспитания, их взаимосвязь в процессе занятий физической культурой и спортом.
4. Урок физической культуры – как основная форма физического воспитания в общеобразовательной школе.

Краткое содержание:

Общая характеристика средств физического воспитания. Физическое упражнение как основное специфическое средство физического воспитания. Классификации физических упражнений. Естественные силы природы как неспецифические средства физического воспитания, требования к их использованию. Определение понятий «метод», «методический прием», «методика». Характеристика методов организации учебной деятельности занимающихся в физическом воспитании, обучения двигательному действию, развития физических качеств, воспитания морально-волевых и нравственных качеств, научных исследований в процессе физического воспитания.

Изучение данной лекции направлено на приобретение студентами знаний о средствах, методах и формах физического воспитания, технике физических упражнений; умений объяснить различным категориям населения значение средств физического воспитания для их полноценной жизнедеятельности; навыков применения средств и методов двигательной деятельности с учетом пола, возраста, индивидуальных особенностей занимающихся физическими упражнениями и формирования общепрофессиональных (ОПК-1, 2, 3) и профессиональных (ПК-1, 2, 3) компетенций.

Модуль 2. Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры в различные периоды жизни человека (4 часа)

7 семестр

Лекция № 1: Физическое воспитание детей дошкольного возраста (2 часа)

План:

1. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей раннего и дошкольного возраста.
2. Значение, задачи, средства физического воспитания детей дошкольного возраста.
3. Форма организации физического воспитания детей.

Краткое содержание:

Периодизация дошкольного возраста, особенности физического развития и формирования опорно-двигательного аппарата дошкольников. Задачи физического воспитания дошкольников. Средства и методы физического воспитания в соответствии с возрастной периодизацией дошкольников. Формы организации физического воспитания в дошкольных учреждениях. Место физической культуры в режиме дня дошкольника.

Изучение данной лекции направлено на приобретение студентами знаний о возрастных особенностях физического развития и физической подготовленности детей дошкольного возраста; значении, задачах, средствах физического воспитания, формах организации физического воспитания дошкольников; умений применять средства, методы физического воспитания в соответствии с возрастной периодизацией дошкольников; навыков использования различных форм организации физического

воспитания в дошкольных образовательных учреждениях; формирования общепрофессиональных (ОПК-1, 2, 3) и профессиональных (ПК-1) компетенций.

Лекция № 2: Физическое воспитание учащихся школьного возраста (2 часа)

План:

1. Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста.
2. Анатомо-физиологические и психологические особенности детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.
3. Средства и методы физического воспитания детей разного школьного возраста.
4. Формы организации физического воспитания в школьном возрасте.
5. Методические особенности физического воспитания детей разного школьного возраста.
6. Физическое воспитание школьников с ослабленным здоровьем.

Краткое содержание:

Социально-педагогическое значение физической культуры детей школьного возраста. Типичные возрастные особенности. Формы занятий физическими упражнениями: учебные занятия (классно-урочные), занятия физическими упражнениями в режиме учебного дня школы, внеклассные и внешкольные занятия физическими упражнениями. Средства и методы физического воспитания детей разного школьного возраста. Методические особенности физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста. Особенности физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем.

Изучение данной лекции направлено на приобретение студентами знаний о значении физической культуры детей разного школьного возраста; их анатомо-физиологических и психологических особенностях, средствах физического воспитания школьников, различных формах занятий физическими упражнениями; умений направленного использования средств физического воспитания в школьном возрасте; навыков применения различных форм организации физического воспитания школьников и осуществления занятий физическими упражнениями школьников с ослабленным здоровьем; формирования общепрофессиональных (ОПК-1, 2, 3) и профессиональных (ПК-1) компетенций.

Модуль 3. Теория и методика спорта (4 часа)

8 семестр

Лекция № 1. Цель, задачи, средства, методы и принципы спортивной тренировки (2 часа)

План:

1. Цели и задачи спортивной тренировки.
2. Средства спортивной тренировки.
3. Методы спортивной тренировки.
4. Основные принципы спортивной тренировки.

Краткое содержание:

Цель и характерные черты спортивной тренировки. Задачи спортивной тренировки в зависимости от индивидуальных особенностей спортсменов; специфики вида спорта и отдельной спортивной дисциплины; периода, этапа тренировки и других факторов. Средства спортивной тренировки – общеподготовительные, вспомогательные, специально-подготовительные и соревновательные упражнения. Характеристика методов спортивной тренировки: непрерывного, интервального, игрового и соревновательного. Характеристика специальных принципов спортивной тренировки: направленность к высшим достижениям, углубленная специализация; непрерывность тренировочного процесса; единство

постепенности увеличения нагрузки и тенденции к максимальным нагрузкам; волнообразность и вариативность нагрузок; цикличность тренировочного процесса; единство и взаимосвязь структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности.

Изучение данной лекции направлено на приобретение студентами знаний о целях и задачах спортивной тренировки, ее средствах, методах и принципах; умений конкретизировать задачи спортивной тренировки в зависимости от индивидуальных особенностей спортсменов; специфики вида спорта и отдельной спортивной дисциплины; периода, этапа тренировки и других факторов; навыков применения средств и методов спортивной тренировки в тренерской деятельности; формирования общепрофессиональных (ОПК-1, 2, 3) и профессиональных (ПК-3) компетенций.

Лекция № 2. Подготовка спортсмена в процессе тренировки (2 часа)

План:

1. Спортивно-техническая подготовка
2. Спортивно-тактическая подготовка
3. Физическая подготовка
4. Психическая подготовка

Краткое содержание:

Краткая характеристика технической, тактической, физической и психологической подготовок: понятия, виды, задачи, средства, методы, этапы и содержание различных видов подготовки в многолетнем и годичном циклах тренировки. Специфическое содержание и органическое единство всех видов подготовки спортсмена (основы интегральной подготовки).

Изучение данной лекции направлено на приобретение студентами знаний о различных видах подготовки спортсмена в процессе тренировки; умений определять задачи, средства и методы различных видов подготовки; навыков применения полученных знаний в тренерской деятельности; формирования общепрофессиональных (ОПК-1, 2, 3) и профессиональных (ПК-3) компетенций.

5.2.2. Содержание практических занятий

Модуль 1. Общие основы теории физической культуры (4 часа)

6 семестр

Семинар № 1: Система физического воспитания РФ (2 часа)

Вопросы:

1. Цель, задачи, основы функционирования, характерные черты системы физического воспитания.
2. Общие и методические принципы РСФВ, их реализация в учебно-воспитательном процессе.

Литература:

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля : [12+] / Л. П. Матвеев. – 4-е изд. – Москва : Спорт, 2021. – С. 69-82. – Режим доступа: biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=695538

2. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов вузов / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – С. 4-10.

Изучение данной темы направлено на приобретение студентами знаний основ и звеньев системы физического воспитания РФ; умений объяснять направленность различных основ системы физического воспитания, навыков их применения в

профессиональной деятельности и формирования общепрофессиональных компетенций (ОПК-1).

Семинар № 2: Основы обучения двигательному действию (2 часа)

Вопросы

1. Основные понятия: знания, двигательное действие, двигательное умение, двигательный навык, навык второго порядка.
2. Положительный и отрицательный перенос навыков, их виды.
3. Закономерности формирования двигательного навыка.
4. Характеристика структуры процесса обучения (закономерности обучения двигательному действию, этапы процесса обучения).

Литература:

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля : [12+] / Л. П. Матвеев. – 4-е изд. – Москва : Спорт, 2021. – С. 69-82. – Режим доступа: biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=695538

2. Рубин В.С. Разделы теории и методики физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.С. Рубин. – М.: Физическая культура, 2006. – С.20-39. ISBN 5-9746-0012-6. – Режим доступа: http://lib.rucont.ru/efd/286733.

3. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов вузов / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – С. 64-73.

Изучение данной темы направлено на приобретение студентами знаний основных понятий «знания», «двигательное действие», «двигательное умение», «двигательный навык», «навык второго порядка», закономерностях формирования двигательного навыка, этапах обучения двигательного действия; умений объяснить закономерности и этапы обучения двигательному действию, навыков применения этапов обучения двигательному действию в педагогическом процессе и формирования общепрофессиональных (ОПК-1, 2, 3) и профессиональных (ПК-1, 2, 3) компетенций.

Модуль 2. Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры в различные периоды жизни человека (4 часа)

7 семестр

Семинар № 1: Система планирования работы по физическому воспитанию в общеобразовательной школе (4часа)

План:

1. Система планирования и учета работы по физическому воспитанию в школе.
2. Требования к планированию, методическая последовательность планирования, характеристика основных документов планирования по физическому воспитанию.
3. Методика составления годового плана-графика, календарно-тематического плана-графика, конспекта урока по физической культуре.

Краткое содержание:

Определение понятия «планирование». Сущность планирования в физическом воспитании. Требования к составлению плана. Виды планирования и документы планирования учебного материала по физической культуре в общеобразовательной школе. Методика составления годового плана-графика прохождения учебного материала по физической культуре, календарно-тематического плана-графика учебной работы по физической культуре в общеобразовательной школе, конспекта урока по физической культуре.

Изучение данной лекции направлено на приобретение студентами знаний о системе планирования работы по физическому воспитанию в общеобразовательной школе; умений составления годового плана-графика, календарно-тематического плана-графика, конспекта урока по физической культуре; навыков выявления ошибок в документах планирования и варьирования их содержания в зависимости от учебного процесса; формирования общепрофессиональных (ОПК-1, 2, 3) и профессиональных (ПК-1) компетенций.

Литература:

1. Рубин, В.С. Разделы теории и методики физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.С. Рубин. – М.: Физическая культура, 2006. – С.39-62. ISBN 5-9746-0012-6. – Режим доступа: http://lib.rucont.ru/efd/286733

2. Седых, Н.В. Общие основы физического воспитания различных возрастных групп населения [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.Г. Саакян, Н.В. Седых. – Волгоград: ВГАФК, 2011. – С. 14-31. – Режим доступа: https://rucont/ru/efd/230550.

3. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов вузов / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – С. 242-265.

Семинар № 2: Педагогический контроль деятельности учителя физической культуры в общеобразовательной школе (4 часа)

Вопросы:

1. Методика проведения педагогического анализа урока физической культуры.
2. Методика определения общей и двигательной плотности урока физической культуры.
3. Методика определения интенсивности нагрузки на организм занимающихсяна уроке физической культуры.

Литература:

1. Рубин, В.С.Разделы теории и методики физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.С. Рубин. – М.: Физическая культура, 2006. – С.39-62. ISBN 5-9746-0012-6. – Режим доступа: http://lib.rucont.ru/efd/286733.

2. Седых, Н.В. Общие основы физического воспитания различных возрастных групп населения [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.Г. Саакян, Н.В. Седых. – Волгоград: ВГАФК, 2011. – С. 14-31. – Режим доступа: https://rucont/ru/efd/230550.

Изучение данной темы направлено на приобретение студентами знаний о видах контроля со стороны руководящих лиц и педагогического коллектива: педагогическом анализе урока физической культуры, хронометрировании, пульсометрии; умений осуществлять данные виды контроля во время прохождения учебной практики в общеобразовательной школе; навыков применения полученных знаний в профессиональной деятельности; формирования общепрофессиональных (ОПК-1, 2, 3, 9) и профессиональных (ПК-1, 2) компетенций.

Модуль 3. Теория и методика спорта (10 часов)

8 семестр

Семинар № 1. Основы построения спортивной тренировки (2 часа)

Вопросы:

1. Спортивная подготовка как многолетний процесс и ее структура
2. Построение тренировки в малых циклах (микроциклах)
3. Построение тренировки в средних циклах (мезоциклах)
4. Построение тренировки в больших циклах (макроциклах)

Изучение данной темы направлено на приобретение студентами знаний об основах построения спортивной тренировки; умений отличать микро, мезо и макроциклы;

навыков осуществления спортивной тренировки в микро, мезо и макроциклах; формирования общепрофессиональных (ОПК-1, 2, 3, 9) и профессиональных (ПК-3) компетенций.

Семинар № 2. Теоретико-практические основы развития физических способностей (2 часа)

Вопросы:

1. Общая характеристика физических способностей
2. Сила и основы методики ее воспитания
3. Быстрота и основы методики ее воспитания
4. Выносливость и основы методики ее воспитания
5. Гибкость и основы методики ее воспитания
6. Ловкость и основы методики ее воспитания.

Литература:

1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студ. высш. учеб.заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – С. 92-142.

Изучение данной темы направлено на приобретение студентами знаний по общей характеристике физических способностей, понятий «сила», быстрота, выносливость, гибкость и ловкость; средствам и методам их воспитания, контрольным упражнениям для определения уровня их развития; умений применять контрольные упражнения для определения уровня развития физических способностей при прохождении учебной и профессионально-ориентированной практик; навыков применения полученных знаний в последующей профессиональной деятельности; формирования общепрофессиональных (ОПК-1, 2, 3, 9) и профессиональных (ПК-3) компетенций.

Семинар № 3. Отбор и ориентация спортсменов в процессе многолетней подготовки (2 часа)

Вопросы

1. Понятия «спортивный отбор», «спортивная ориентация»
2. Отбор и ориентация спортсменов в процессе многолетней подготовки
3. Отбор и ориентация на первом этапе многолетней подготовки
4. Отбор и ориентация на втором и третьем этапах многолетней подготовки
5. Отбор и ориентация на четвертом и пятом этапах многолетней подготовки

Литература:

1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студ. высш. учеб.заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов.. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – С. 415-429.

Изучение данной темы направлено на приобретение студентами знаний понятий: «спортивная ориентация», «спортивный отбор», основных этапы отбора; умений определять задачи всех этапов спортивного отбора; навыков организации и проведения ориентации и отбора в спорте; формирования общепрофессиональных (ОПК-1, 2, 3, 9) и профессиональных (ПК-3) компетенций.

6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Содержание работы. Темы занятий	Количество часов	Виды контроля
Общие основы теории физической культуры (6 семестр – 60 часов)			
1	Введение в теорию физической культуры	12	Контрольная работа

2	Система физического воспитания РФ	12	Контрольная работа
3	Средства и методы физического воспитания	12	Тестирование
4	Основы обучения двигательному действию	12	Устный опрос
5	Формы физического воспитания	12	Реферат
Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры в различные периоды жизни человека (7 семестр – 91 час)			
6	Физическое воспитание детей дошкольного возраста	10	Реферат
7	Физическое воспитание детей школьного возраста.	11	Контрольная работа
8	Система планирования работы по физическому воспитанию в общеобразовательной школе.	20	Разработка документов планирования
9	Педагогический контроль деятельности учителя физической культуры в общеобразовательной школе	20	Разработка документов планирования
10	Физическое воспитание студенческой молодежи	10	Реферат
11	Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности	10	Устный опрос
12	Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте	10	Реферат
Теория и методика спорта (8 семестр – 53 часа)			
13	Спорт в системе физической культуры	10	Устный опрос
14	Цель, задачи, средства, методы и основные принципы спортивной тренировки	6	Реферат
15	Подготовка спортсмена в процессе тренировки	6	Устный опрос
16	Основы построения спортивной тренировки	6	Контрольная работа
17	Теоретико-практические основы развития физических способностей (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости)	20	Тестирование
18	Отбор и ориентация спортсменов в процессе многолетней подготовки	5	Устный опрос

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Студентам следует освоить основные вопросы по важнейшим разделам дисциплины:

Введение в предмет «Теория и методика физического воспитания»

1. Укажите сущность и причины возникновения физического воспитания в обществе.
2. Дайте определение основным понятиям физической культуры: «физическое воспитание», «физическая подготовка», «физическое развитие», «физическое совершенство», «система физического воспитания» и т. д.
3. Выявите соотношение следующих понятий:
   «физическая культура и физическое воспитание»;
   «физическое воспитание и физическое развитие»;
   «физическая культура и спорт»;
   «физическая подготовленность и физическая подготовка».
4. Что представляет собой теория и методика физической культуры как наука и как учебная дисциплина?

5. Назовите структуру физической культуры и охарактеризуйте ее компоненты (формы).
6. Назовите виды физической культуры и дайте им краткую характеристику.
7. Назовите функции физической культуры.
8. Что представляет собой система физического воспитания в стране, её основы и определяющие черты?
9. Назовите цель и задачи, реализуемые в отечественной системе физического воспитания.
10. Назовите общие принципы системы физического воспитания, их сущность и основные аспекты реализации на практике.
11. Назовите методические принципы РСФВ, их сущность и основные аспекты реализации в учебно-воспитательном процессе.

Средства и методы физического воспитания

1. Назовите основные группы средств физического воспитания.
2. Почему физические упражнения являются основным специфическим средство физического воспитания?
3. Раскройте понятие о содержании и форме физических упражнений.
4. Назовите факторы, определяющие воздействие физических упражнений.
5. Назовите основные классификации физических упражнений.
6. Дайте характеристику оздоровительным силам природы и гигиеническим факторам как средствам физического воспитания.
7. Что такое техника двигательных действий и назовите ее основные характеристики.
8. Дайте общую характеристику методов физического воспитания.
9. Назовите и охарактеризуйте методы обучения двигательным действиям в физическом воспитании (строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный методы).
10. Назовите и охарактеризуйте общепедагогические методы обучения.
11. Назовите и охарактеризуйте методы организации занимающихся на уроке физической культуры.
12. Назовите и охарактеризуйте методы воспитания двигательных способностей (физических качеств)
13. Назовите и охарактеризуйте методы воспитания личностных качеств.
14. Назовите и охарактеризуйте методы научных исследований, используемых в физическом воспитании.

Основы обучения двигательным действиям

1. Двигательные действия как предмет обучения в физическом воспитании.
2. Дайте определение понятию «двигательное умение», назовите характерные признаки этой степени владения двигательным действием.
3. Положительный и отрицательный перенос навыков.
4. Структура процесса обучения двигательным действиям.
5. Предупреждение и исправление ошибок.

Формы построения занятий в физическом воспитании

1. Общая характеристика форм построения занятий.
2. Классификация занятий урочного типа.
3. Содержание занятий урочного типа.
4. Структура урока в физическом воспитании и определяющие её факторы.
5. Особенности неурочных форм занятий физическими упражнениями.

Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста

1. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей раннего и дошкольного возраста.
2. Методические особенности ФВ детей раннего и дошкольного возраста.

3. Средства и формы организации работы по физическому воспитанию с детьми раннего, младшего, среднего, старшего возраста и подготовительной к школе группы.

Физическое воспитание детей школьного возраста

1. Особенности физического развития и физической подготовленности детей школьного возраста.
2. Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста.
3. Средства физического воспитания и их направленное использование в школьном возрасте.
4. Формы организации физического воспитания в школьном возрасте

Физическое воспитание студенческой молодежи

1. Физическое воспитание учащихся вузов.
2. Значение и задачи физического воспитания студентов.
3. Возрастные особенности контингента обучающихся в вузе.
4. Методические основы физического воспитания в вузе.
5. Методика занятий со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
6. Формы организации физического воспитания студентов.

Особенности физической культуры в зрелом, пожилом и старческом возрастах

1. Особенности физического развития и физической подготовленности лиц молодого и зрелого возрастов.
2. Физическая культура в режиме трудового дня.
3. Общеподготовительное и рекреационное направления физической культуры взрослых.
4. Контроль здоровья и физической подготовленностизанимающихся.
5. Старение и задачи направленного физического воспитания в пожилом и старшем возрастах.
6. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями.

Скоростные способности и методика их развития

1. Дайте определение скоростных способностей.
2. Какие разновидности скоростных способностей существуют?
3. Перечислите механизмы, обеспечивающие проявление скоростных способностей?
4. Назовите группы упражнений, которые используются для развития скоростных способностей?
5. Дайте краткую характеристику методов развития скоростных способностей.
6. Приведите примеры типовых тестов и контрольных упражнений, которые используются для контроля: «простой реакции», «сложной реакции», «скорости одиночного движения», «максимальной частоты движений в разных суставах», «скорости, проявляемой в целостных двигательных действиях».
7. Опишите методики развития основных компонентов скоростных способностей (скорость простой и сложной двигательной реакции, скорости одиночного движения, комплексных форм проявления скоростных способностей).

Выносливость и методика ее развития

1. Дайте определение понятий «выносливость», «общая выносливость», «специальная выносливость».
2. Какие разновидности выносливости существуют?
3. Перечислите механизмы, обеспечивающие проявление выносливости?
4. Какие средства наиболее эффективны для развития общей выносливости, силовой выносливости, скоростной выносливости?
5. Приведите примеры типовых тестов и контрольных упражнений, которые используются для контроля за развитием выидов выносливости.

6. Опишите методики развития основных видов выносливости (общей выносливости, специальной выносливости, скоростной выносливости).

Силовые способности и методика их развития

1. Дайте определение понятий «мышечная сила», «абсолютна сила»,«относительная сила», «взрывная сила».
2. Назовите режимы работы мышц.
3. Перечислите механизмы, обеспечивающие проявление силовых способностей?
4. Назовите группы упражнений, которые используются для развития силовых способностей?
5. Дайте краткую характеристику методов развития силовых способностей.
6. Приведите примеры типовых тестов и контрольных упражнений, которые используются для контроля: «максимальной силы», «взрывной силы», «силовой выносливости».

Гибкость и методика ее развития

1. Дайте определение понятий «гибкость», «активная гибкость», «пассивная гибкость».
2. Перечислите виды гибкости.
3. Перечислите механизмы, обеспечивающие проявление гибкости.
4. Назовите группы упражнений, которые используются для развития гибкости.
5. Дайте краткую характеристику методов развития гибкости.
6. Приведите примеры типовых тестов и контрольных упражнений, которые используются для контроля гибкости.

Двигательно-координационные способности и методика их развития

1. Дайте определение понятий «координация», «ловкость», «координационные способности».
2. Перечислите и кратко охарактеризуйте виды координационных способностей.
3. Перечислите факторы, определяющие развитие координационных способностей?
4. Раскройте возрастно-половые и индивидуальные особенности развития координационных способностей.
5. Каким требованиям должны отвечать физические упражнения, используемые для развития координационных способностей?
6. Назовите группы упражнений, которые используются для развития координационных способностей?
7. Дайте краткую характеристику методов развития координационных способностей.
8. Какие методические приемы при использовании метода строгорегламентированного упражнения Вам известны?
9. Раскройте особенности методики развития двигательно-координационных способностей, основанных на проприоцептивной чувствительности.
10. Каковы особенности методики развития способности к ориентированию в пространстве?
11. Какими средствами и методами развивают чувство ритма?
12. Раскройте особенности методики развития способности к статическому и динамическому равновесию.
13. Какие группы физических упражнений используют для борьбы с координационной напряженностью?
14. Перечислите критерии оценки координационных способностей.
15. Какие методы оценки уровня развития координационных способностей Вам известны?
16. Приведите примеры типовых тестов и контрольных упражнений, которые используются для контроля координационных способностей.

В процессе освоения материала по данной дисциплине студенты должны выполнять следующие задания:

- систематически посещать учебные занятия;
- готовиться к текущим лекционным, семинарским занятиям и контрольным работам;
- изучать учебный материал, вынесенный на самостоятельную работу (анализ литературных и мультимедийных источников);
- готовить рефераты по вышеперечисленным темам и практические работы по составлению документов планирования.

Список основной и дополнительной литературы по темам, изучаемым самостоятельно

Основная литература:

1. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов вузов / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 480 с.

Дополнительная литература:

4. Ключникова, А.Н. Теория физической культуры, спортивная тренировка [Электронный ресурс]: курс лекций / А.Н. Ключникова. – 3-еизд., испр. и доп. – Хабаровск: ДВГАФК, 2013. – 132с. ISBN978-5-8028-0160-4. – Режим доступа: http://lib.rucont.ru/efd/284515

5. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля : [12+] / Л. П. Матвеев. – 4-е изд. – Москва : Спорт, 2021. – 520 с. – Режим доступа: biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=695538

6. Рубин, В.С.Разделы теории и методики физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.С. Рубин. – М.: Физическая культура, 2006.- 112 с. ISBN 5-9746-0012-6. – Режим доступа: http://lib.rucont.ru/efd/286733.

7. Седых, Н.В. Общие основы физического воспитания различных возрастных групп населения [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.Г. Саакян, Н.В. Седых. – Волгоград: ВГАФК, 2011. – 125 с. – Режим доступа: http://lib.rucont.ru/efd/284550.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции(при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
ОПК-1	ПС «Педагог дополнительного образования» A/02.6 Организация досуговой деятельности учащихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы. A/05.6 Разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы. ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» A/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение. B/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования ПС «Тренер» A/01.5 Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся B/03.5 Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки	**Знает (пороговый уровень):** положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования, целевые результаты и параметры применяемых нагрузок, методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования, основные и дополнительные формы занятий, документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах характеристику современных программ по физическому воспитанию в общеобразовательной школе, их структуру и содержание **Умеет (стандартный уровень):** планировать тренировочный процесс на разных стадиях и этапах, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; самостоятельно определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и методов, устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха в режиме учебного и вне учебного времени; разрабатывать документы планирования по предмету физическая культура на основе примерных основных общеобразовательных программ (годовой и календарно-тематический планы, конспекты занятий) с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, ; осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе. **Имеет опыт (эталонный уровень):** применения общетеоретических знаний, методических (технологических), в том числе инновационных при разработке документов планирования тренировочного и образовательного процессов, активного отдыха в режиме учебного и вне учебного времени
ОПК-2	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»	**Знает (пороговый уровень):** классификацию средств физического воспитания; характеристику методов развития физических качеств, обучения двигательным действиям, организации и воспитания занимающихся;

	B/02.6 Педагогическая деятельность по реализации программ начального общего образования B/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования ПС «Педагог дополнительного образования» A/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы. ПС «Тренер» A/01.5 Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся B/03.5 Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки	формы построения занятий в физическом воспитании, структуру и содержание урока физической культуры; методические особенности физического воспитания различных категорий населения **Умеет (стандартный уровень):** объяснить различным слоям населения значение различных средств физического воспитания; осуществлять подбор средств и методов, адекватных возрасту занимающихся **Имеет опыт (эталонный уровень):** применения средств, методов, приемов и форм обучения и воспитания на уроках физической культуры, в учебно-тренировочном процессе и физкультурно-оздоровительных занятиях различных слоев населения
ОПК-3	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» A/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение. B/01.5 Педагогическая деятельность по реализации программ дошкольного образования B/02.6 Педагогическая деятельность по реализации программ начального общего образования B/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования ПС «Педагог дополнительного образования»	**Знает (пороговый уровень):** теоретико-методические основы обучения двигательным действиям; технику безопасности на занятиях учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой направленности; особенности организации и проведения занятий по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возрастов, учащимися средних специальных и высших учебных заведений; **Умеет (стандартный уровень):** обучать технике двигательных действий по различным разделам программы: гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке **Имеет опыт (эталонный уровень):** проведения занятий по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возрастов, учащимися средних специальных и высших учебных заведений

	A/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы. ПС «Тренер» A/01.5 Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся B/03.5 Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки	
ОПК-9	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» B/01.5 Педагогическая деятельность по реализации программ дошкольного образования B/02.6 Педагогическая деятельность по реализации программ начального общего образования B/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования ПС «Педагог дополнительного образования» A/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы. ПС «Тренер» B/03.5 Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки	**Знает (пороговый уровень):** Характеристику средств, методов, форм контроля результатов образовательной деятельности; методику определения общей и двигательной плотности урока, их нормы и способы повышения; методику определения интенсивности нагрузки на уроке; методику проведения педагогического анализа; методику оценки физической подготовленности занимающихся разных возрастных групп. **Умеет (стандартный уровень):** проводить хронометрирование, пульсометрию и педагогический анализ урока физической культуры (физкультурного и учебно-тренировочного занятий); осуществлять контроль физической подготовленности и применять контрольные упражнения для определения уровня развития физических способностей **Имеет опыт (эталонный уровень):** осуществления педагогического контроля за деятельностью учителя физической культуры; оценивания результатов освоения образовательной деятельности; оценки и контроля физических способностей и функционального состояния обучающихся, техники выполнения физических упражнений.
ПК-1	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере	**Знает (пороговый уровень):**

	дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» B/02.6 Педагогическая деятельность по реализации программ начального общего образования B/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования ПС «Педагог дополнительного образования» A/01.6 Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы.	классификацию средств физического воспитания детей дошкольного и школьного возрастов; характеристику методов развития физических качеств, обучения двигательным действиям, организации и воспитания занимающихся, в условиях дошкольного и школьного образования; формы построения занятий в физическом воспитании, структуру и содержание урока физической культуры и физкультурно-оздоровительного занятия; методические особенности физического воспитания детей дошкольного и школьного возрастов; **Умеет (стандартный уровень):** объяснить осуществлять образовательный процесс в условиях ДОУ и ОШ; осуществлять подбор средств и методов, адекватных возрасту занимающихся **Имеет опыт (эталонный уровень):** применения средств, методов, приемов и форм обучения и воспитания на уроках физической культуры, физкультурно-оздоровительных занятиях с детьми разных возрастов
ПК-2	ПС «Педагог дополнительного образования» A/05.6 Разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы. C/03.6 Организация дополнительного образования детей и взрослых по одному или нескольким направлениям деятельности.	**Знает (пороговый уровень):** принципы и порядок разработки учебно-программной документации по физической культуре и спорту; систему организации образовательного процесса по программам дополнительного, профессионального и среднего профессионального обучения; **Умеет (стандартный уровень):** определять и планировать содержание методического обеспечения образовательного процесса; анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности. **Имеет опыт (эталонный уровень):** применения профессиональных знаний методического характера в том числе, инновационных для обеспечения и контроля образовательного процесса, их аргументации, проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки.

ПК-3	ПС «Тренер» A/01.5 Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся B/03.5 Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки C/01.6 Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) C/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки ПС «Педагог дополнительного образования» A/01.6 Организация деятельности учащихся, направленная на освоение дополнительной общеобразовательной программы	**Знает (пороговый уровень):** основы обучения технике двигательных действий систему организации учебно-тренировочного процесса по видам подготовки, спортивным дисциплинам; **Умеет (стандартный уровень):** реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся; разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта. **Имеет опыт (эталонный уровень):** проведения занятий по видам подготовки в области детско-юношеского и массового спорта; организации деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

• ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2. Типовые контрольные задания

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль:

- фронтальный опрос студентов;
- защита рефератов и практических работ;
- контрольные работы;
- тестовый контроль знаний студентов.

Итоговый контроль:

- экзамен (7, 8 семестр).

7.2.2. Тестовые задания по дисциплине

Тестовый контроль знаний студентов
по дисциплине «Теория и методика физической культуры» (модуль 1)
Инструкция по выполнению работы

Тесты включают 20 вопросов. Внимательно прочитайте каждый вопрос и предлагаемые варианты ответа. Отвечайте только после того, как Вы поняли вопрос и проанализировали все варианты ответов. Выполняйте задания в том порядке, в котором они даны. Если какой-то вопрос вызывает у Вас затруднение, пропустите его и постарайтесь выполнить те, в ответах на которые Вы уверены. К пропущенным заданиям Вы сможете вернуться, если у Вас останется время.

К каждому вопросу предложено 4 варианта ответов (a, b, c, d). Выберите 1 ответ, который является, по вашему мнению, правильным. В бланке ответов поставьте условный знак в клетке напротив букв, соответствующей правильному ответу.

1. **К разновидности какого общественного явления относится физическая культура?**
   a) спорт;
   b) культура;
   c) научно-технический прогресс;
   d) физическое воспитание.
2. **Какие аспекты характеризуют физическую культуру как общественно-социальное явление?**
   a) двигательный, воспитательный, образовательный;
   b) духовный, материальный, социальный;
   c) деятельностный, предметно-ценностный, результативный;
   d) оздоровительный, воспитательный, образовательный.
3. **Какой компонентный состав наиболее точно отражает структуру физической культуры?**
   a) «фоновая», профессионально-прикладная, базовая, спорт;
   b) физическое воспитание, неспециальное физкультурное образование, спорт, физическая подготовка;
   c) неспециальное физкультурное образование, физическая рекреация, спорт, двигательная реабилитация;
   d) базовая, оздоровительно-рекреативная, спорт, двигательная реабилитация.
4. **Каким понятием принято связывать процесс изменения естественных морфо-функциональных свойств организма человека в течение индивидуальной жизни?**
   a) физическое развитие;
   b) физическая подготовка;
   c) физическое совершенство;
   d) физическое состояние.
5. **Исторически обусловленный тип социальной практики физического воспитания, включающий мировоззренческие, теоретико-методические и организационные**

основы, обеспечивающие физическое совершенствование людей и формирование здорового образа жизни, называется:

a) валеологией;
b) системой физического воспитания;
c) физической культурой;
d) спортом.

6. Назовите группы задач, решаемых в процессе физического воспитания:

a) развивающие, коррекционные, специфические;
b) воспитательные, оздоровительные, образовательные;
c) общепедагогические, компенсаторные, гигиенические;
d) общепедагогические, специфические, гигиенические.

7. Что относится к средствам физического воспитания?

a) подвижные игры, гимнастика, спортивные игры, туризм, плавание, лыжная подготовка;
b) солнце, воздух, вода; соблюдение санитарно-гигиенических норм, режима дня, питания, отдыха, личная гигиена;
c) физические упражнения, естественные силы природы и гигиенические факторы, восстановительные и материально-технические;
d) физкультминутки, физкультпаузы, игры на переменах, спортивный час.

8. Основным специфическим средством физического воспитания являются:

a) физические упражнения;
b) оздоровительные силы природы;
c) гигиенические факторы;
d) тренажеры и тренажерные устройства, гири, гантели, штанги, резиновые амортизаторы, эспандеры.

9. Способ выполнения двигательного действия, позволяющий решать двигательную задачу более целесообразно и эффективно, называется:

a) техникой физического упражнения;
b) двигательным навыком;
c) двигательным умением;
d) методом.

10. Укажите методы воспитания двигательных способностей:

a) методы словесного и наглядного воздействия;
b) методы строго-регламентированного упражнения, игровой и соревновательный;
c) переменный, повторный, равномерный, интервальный, круговой, игровой, соревновательный;
d) фронтальный, повторный, групповой, равномерный, интервальный, круговой, игровой, соревновательный;

11. Укажите, как называется метод организации деятельности занимающихся на уроке, при котором весь класс выполняет одно и то же задание учителя физической культуры:

a) фронтальный;
b) синхронный;
c) одновременный;
d) групповой.

12. Оптимальная степень владения техникой действия, характеризующаяся автоматизированным (т. е. при минимальном контроле со стороны сознания) управлением движениями, высокой прочностью и надежностью исполнения, называется:

a) двигательным умением;
b) техническим мастерством;
c) двигательной одаренностью;
d) двигательным навыком.

13. Весь процесс обучения любому двигательному действию включает в себя ..., которые отличаются друг от друга, как частными задачами, так и особенностями методики.

a) два этапа;
b) три этапа;
c) четыре этапа;
d) пять этапов.

14. Обучение двигательному действию начинается с …

a) создания общего первоначального представления (смыслового и зрительного) о двигательном действии и способе его выполнения;
b) непосредственного разучивания техники двигательного действия по частям;
c) непосредственного разучивания техники двигательного действия в целом;
d) разучивания общеподготовительных упражнений.

15. В каком варианте ответа показана целесообразная логическая последовательность процесса обучения?

a) знания о двигательном действии - двигательное умение - двигательный навык – двигательное умение высшего порядка;
b) двигательное умение - двигательный навык - двигательное умение высшего порядка – знания о двигательном действии;
c) двигательный навык - двигательное умение высшего порядка – знания о двигательном действии - двигательное умение;
d) двигательное умение высшего порядка - двигательный навык - двигательное умение - знания о двигательном действии.

16. По особенностям организации занимающихся и способам руководства ими занятия по физическому воспитанию подразделяются на две группы:

a) уроки физической культуры и спортивно-тренировочные занятия;
b) урочные и неурочные формы занятий физическими упражнениями;
c) занятия, проводимые преподавателем (тренером) и самими занимающимися (самостоятельно);
d) образовательные и оздоровительные формы занятий физическими упражнениями.

17.Выберите из перечисленных ниже основную форму организации занятий физическими упражнениями в общеобразовательной школе:

a) урок физической культуры;
b) физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня;
c) массовые спортивные и туристические мероприятия;
d) тренировочное занятие в спортивной секции.

18. Урок физической культуры состоит из:

a) двух частей;
b) трех частей;
c) четырех частей;
d) пяти частей.

19. Для «малых» форм занятий физической культурой характерно...

a) узкая направленность деятельности, незначительная продолжительность, отсутствие четко выраженной структуры, невысокий уровень нагрузок;
b) умеренное повышение тонуса и ускорение «врабатывания» систем организма при переходе от состояния покоя к повседневной деятельности;
c) оптимизация текущей работоспособности во время работы и профилактика неблагоприятных влияний на организм;
d) все перечисленное.

20. К каким формам организации физкультурной деятельности принадлежат: *утренняя гимнастика до учебных занятий, физкультминутки и физкультпаузы,*

игры и физические упражнения на удлиненных переменах, ежедневные физкультурные занятия в группах продленного дня. …

a) физкультурно–оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня;
b) внеклассные формы организации занятий;
c) формы организации физического воспитания в системе внешкольных учреждений;
d) формы физического воспитания в семье.

Система оценки: более 90% (18 – 20 правильных ответов) – отлично; 80% – 89% (16 – 17 правильных ответов) – хорошо; 79% – 60% (12 – 15 правильных ответов) – удовлетворительно; менее 60% (11 и менее правильных ответов) – неудовлетворительно.

КЛЮЧ

Номер вопроса	Номер ответа	Номер вопроса	Номер ответа
1	в	11	a
2	c	12	d
3	c	13	в
4	a	14	a
5	в	15	a
6	в	16	в
7	c	17	a
8	a	18	в
9	a	19	d
10	c	20	a

Тесты для самоконтроля знаний студентов по дисциплине ТиМФК (2 модуль)

Инструкция по выполнению работы

Тесты включают в себя 20 вопросов. Внимательно прочитайте каждый вопрос и предлагаемые варианты ответа. Отвечайте только после того, как Вы поняли вопрос и проанализировали все варианты ответов. Выполняйте задания в том порядке, в котором они даны. Если какой-то вопрос вызывает у Вас затруднение, пропустите его и постарайтесь выполнить те, в ответах на которые Вы уверены. К пропущенным заданиям Вы сможете вернуться, если у Вас останется время.

К каждому вопросу предложено 4 варианта ответов (варианты 1, 2, 3, 4). Выберите 1 ответ, который, по вашему мнению, является правильным. В бланке ответов поставьте условный знак в клетке напротив цифры, соответствующей правильному ответу.

1. По биологическим признакам дети дошкольного возраста классифицируются на следующие периоды:

1. ранний, младший, средний, старший;
2. новорожденный, грудной, раннее детство, первое детство;
3. дошкольный, школьный, молодежь;
4. младший, средний, старший, подготовительный.

2. Основным средством физического воспитания детей дошкольного возраста являются:

1. физические упражнения;
2. оздоровительные силы природы;
3. гигиенические факторы;
4. оздоровительные силы природы и гигиенические факторы.

3. Основной формой занятий физическими упражнениями с детьми 3- 7 лет в детском дошкольном образовательном учреждении являются:

1. физкультурные занятия урочного типа;

2. физкультурные праздники;
3. физкультминутки и физкультпаузы;
4. спортивный час.

4. В схематическом плане учебного занятия по физической культуре детей дошкольного возраста рассматривают…части:

1. две;
2. три;
3. четыре;
4. пять.

5. В процессе физического воспитания детей *школьного* возраста решаются ……. задачи:

1. общие и специфические;
2. подготовительные, основные и специальные;
3. развивающие, коррекционные, специфические;
4. образовательные, воспитательные, оздоровительные.

6. Основной формой организации занятий физическими упражнениями в общеобразовательной школе являются:

1. физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня;
2. уроки физической культуры;
3. ежедневные физкультурные занятия в группах продленного дня;
4. секции общей физической подготовки и секции по видам спорта.

7.В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием и уровнем физической подготовленности *все* школьники распределяются на следующие медицинские группы:

1. слабую, среднюю, сильную;
2. основную, подготовительную, специальную;
3. без отклонений в состоянии здоровья; с отклонениями в состоянии здоровья;
4. оздоровительную, физкультурную, спортивную.

8. В *младшем* школьном возрасте при обучении двигательному действию ведущее место занимает метод:

1. расчлененный;
2. целостный;
3. сопряженных воздействий;
4. стандартного упражнения.

9. Уроки физической культуры в общеобразовательной школе должны проводиться …раза в неделю:

1. пять;
2. два;
3. три;
4. четыре.

10. Укажите оптимальное количество образовательных задач, решаемых на одном уроке физической культуры:

1. одна задача;
2. две-три задачи;
3. четыре задачи;
4. пять-шесть задач.

11. Урок физической культуры в общеобразовательной школе делится на следующие части:

1. вводную, основную, заключительную;
2. подготовительную, основную и заключительную;
3. подготовительную, основную и итоговую;
4. вводную, подготовительную, базовую, заключительную.

12. Продолжительность основной части урока физической культуры составляет:

1. 15-18 минут;
2. 20 минут;
3. 25-30 минут;
4. 35 минут.

13. Упражнения, требующие проявления скоростных, скоростно-силовых качеств, тонкой координации движений, выполняются:

1. в водной части урока;
2. в подготовительной части урока;
3. в начале основной части урока;
4. в середине или конце основной части урока.

14. Продолжительность заключительной части урока физической культуры в общеобразовательной школе составляет:

1. 10 минут;
2. 7 минут;
3. 3-5 минут;
4. 1-2 минуты.

15. Отношение педагогически оправданных (рациональных) затрат времени к общей продолжительности урока называется:

1. физической нагрузкой;
2. интенсивностью физической нагрузки;
3. моторной плотностью урока;
4. общей плотностью урока.

16. Укажите правильную последовательность разработки основных документов планирования по физическому воспитанию в общеобразовательной школе:

1. конспект урока – поурочный рабочий (тематический) план на четверть – годовой план-график учебного процесса;
2. годовой план-график учебного процесса – поурочный рабочий (календарно-тематический) план на четверть – конспект урока;
3. конспект урока – план физкультурно-массовой и спортивной работы во внеучебное время – план физкультурно-оздоровительных мероприятий;
4. годовой план-график учебного процесса – план физкультурно-оздоровительных мероприятий – план педагогического контроля и учета.

17. Вид планирования, сроки которого охватывают временные рамки микроцикла, тренировочного дня, одного занятия:

1. текущее;
2. перспективное;
3. оперативное;
4. этапное.

18. Какие затраты времени необходимо фиксировать при определении моторной плотности урока?

1) объяснение и показ, соответственно восприятие и осмысление занимающимися словесной и демонстрационной информации;
2) выполнение занимающимися упражнений;
3) необходимый отдых, установка, перевод в рабочее положение и уборка оборудования, инвентаря, снаряжения;
4) все перечисленное.

19. Для проведения занятий по физическому воспитанию все студенты в вузе распределяются по учебным отделениям:

1. основное, подготовительное, специальное;
2. лечебное, профессионально-прикладное, базовое;
3. основное, специальное, спортивное;
4. лечебное, общефизической подготовки, специальной подготовки

20.Заключительный этап онтогенеза называется:

1. долгожители;
2. зрелый возраст;
3. старческий возраст;
4. старший возраст.

КЛЮЧ
к тестовым заданиям для самоконтроля знания студентов 3 курса
по дисциплине ТиМФК (2 модуль)

Номер вопроса	Номер ответа	Номер вопроса	Номер ответа
1	b	11	a
2	a	12	c
3	a	13	c
4	b	14	c
5	d	15	d
6	b	16	b
7	b	17	c
8	b	18	d
9	c	19	c
10	b	20	a

Тесты для самоконтроля знаний студентов
по дисциплине «Теория и методика физической культуры» (модуль 3)

Инструкция по выполнению работы

Тесты включают 20 вопросов. Внимательно прочитайте каждый вопрос и предлагаемые варианты ответа. Отвечайте только после того, как Вы поняли вопрос и проанализировали все варианты ответов. Выполняйте задания в том порядке, в котором они даны. Если какой-то вопрос вызывает у Вас затруднение, пропустите его и постарайтесь выполнить те, в ответах на которые Вы уверены. К пропущенным заданиям Вы сможете вернуться, если у Вас останется время.

К каждому вопросу предложено несколько вариантов ответов. Выберите 1 ответ, который является, по вашему мнению, правильным. В бланке ответов поставьте условный знак в клетке напротив букв, соответствующей правильному ответу.

1. Спорт (в широком понимании) – это:

a) ид социальной деятельности, направленной на оздоровление человека и развитие его физических способностей;
b) собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;
c) специализированный педагогический процесс, построенный на системе физических упражнений и направленный на участие в спортивных соревнованиях;
d) педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека.

2. Укажите конечную цель спорта:

a) Физическое совершенствование человека, реализуемое в условиях соревновательной деятельности;

b) физическое и функциональное развитие, повышение работоспособности и укрепление здоровья спортсменов;
c) выявление, сравнение и сопоставление человеческих возможностей; развитие двигательных способностей в соответствии с индивидуальными возможностями занимающихся.

3. Специфические средства спортивной тренировки - это:

a) идеомоторные, психорегулирующие, абстрагированные, тактические;
b) общеразвивающие, материально-технические, восстановительные;
c) соревновательные, специально-подготовительные, общеподготовительные.

4. Укажите методы направленные на разучивание и совершенствование техники соревновательных упражнений:

a) наглядный, словесный, метод ориентиров;
b) расчленённо-конструктивный, целостно-конструктивный, метод сопряженных воздействий;
c) игровой, соревновательный, метод круговой тренировки.

5. Укажите методы направленные на развитие физических качеств:

a) переменный, повторный, интервальный;
b) игровой, соревновательный, метод круговой тренировки;
c) повторный, переменный, интервальный, метод круговой тренировки, метод сопряженных воздействий, игровой и соревновательный.

6. Внешняя сторона нагрузки характеризуется:

a) суммарным объемом и интенсивностью;
b) темпом движений, скоростью выполнения;
c) временем выполнения упражнений;
d) координационной сложностью упражнений.

7. Внутренняя сторона нагрузки характеризуется:

a) характером и продолжительности протекания периода восстановления;
b) функциональными сдвигами в системах организма во время и по окончании упражнения;
c) характером взаимодействия двигательной и вегетативной функций организма

8. Техническая подготовка – педагогический процесс, направленный на:

a) повышение способности выполнять спортивные действия с определенной степенью эффективности;
b) повышение общего число технических приемов, которые должен уметь выполнять спортсмен;
c) обучение спортсмена технике движений и доведение их до совершенства.

9. Физическая подготовка – педагогический процесс, направленный на:

a) рост спортивных достижений, который всегда требует нового уровня развития двигательных способностей спортсмена;
b) укрепление и сохранение здоровья, формирование телосложения спортсмена, повышение функциональных возможностей организма, развитие двигательных способностей – силовых, скоростных, координационных, выносливости и гибкости;
c) применение упражнений для укрепления мышечной и функциональной систем организма спортсмена.

10. Тактическая подготовка – педагогический процесс направленный на :

a) овладение тактикой ведения спортивной борьбы в условиях соревнований;
b) овладение спортивной тактикой и достижение тактического мастерства в избранном виде спорта;
c) овладение рациональными формами спортивной борьбы в процессе специфической соревновательной деятельности.

11. Психологическая подготовка психолого-педагогический процесс, направленный на:

a) психолого-педагогическое воздействие, применяемых с целью формирования и совершенствования у спортсменов свойств личности и психических качеств, необходимых для успешного выполнения тренировочной деятельности, подготовки к соревнованиям и надежного выступления в них;
b) обучение спортсмена универсальным приемам, обеспечивающим психическую готовность к деятельности в экстремальных условиях: способам саморегуляции эмоциональных состояний, уровня активации, концентрации и распределения внимания; способам самоорганизации и мобилизации на максимально волевые и физические усилия;
c) формирование у спортсменов психологической готовности к участию в соревнованиях.

12. Физические качества – это:

a) индивидуальные особенности, определяющие уровень двигательных возможностей человека;
b) врожденные морфофункциональные качества, благодаря которым возможна физическая (материально выраженная) активность человека, получающая полное проявление в целесообразной двигательной деятельности;
c) комплекс различных проявлений человека в определенной двигательной деятельности;
d) комплекс способностей занимающихся физической культурой спортом, выраженных в конкретных результатах.

13. В физическом воспитании и спорте основным методом при развитии быстроты двигательной реакции является:

a) метод круговой тренировки;
b) метод динамических усилий;
c) метод повторного выполнения упражнения;
d) игровой метод.

14. Уровень развития двигательных способностей человека определяется:

a) тестами (контрольными упражнениями);
b) индивидуальными спортивными результатами;
c) нормативами Единой всероссийской спортивной классификации.

15. Выберите основную причину возникновения так называемого «скоростного барьера» при развитии быстроты движений занимающихся:

a) возраст занимающегося;
b) образование достаточно устойчивых условно-рефлекторных связей между техникой упражнения и проявляющимися при этом усилиями;
c) небольшой объем скоростных упражнений в рамках отдельного занятия;
d) большой интервал отдыха между повторным выполнением упражнений скоростной направленности.

16. Сила –это:

a) комплекс различных проявлений человека в определенной двигательной деятельности, в основе которых лежит понятие «мышечное усилие»;
b) способность человека проявлять мышечные усилия различной величины в возможно короткое время;
c) способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений);
d) способность человека проявлять большие мышечные усилия.

17. Под двигательно-координационными способностями следует понимать;

a) способности выполнять двигательные действия без излишней мышечной напряженности (скованности);
b) способности владеть техникой различных двигательных действий при минимальном контроле со стороны сознания;
c) способности быстро, точно, целесообразно, экономно и находчиво, т.е. наиболее

совершенно, решать двигательные задачи особенно сложные и возникающие неожиданно;

d) способности противостоять физическому утомлению в сложнокоординационных видах деятельности, связанных с выполнением точности движений.

18. Способность выполнять движения с большой амплитудой называется:

a) эластичностью;
b) стретчингом;
c) гибкостью;
d) растяжкой.

19. Способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности называется:

a) функциональной устойчивостью;
b) биохимической экономизацией;
c) тренированностью;
d) выносливостью.

20. Интервал отдыха, гарантирующий к моменту очередного повторения упражнения восстановление работоспособности до исходного уровня, называют:

a) полным (ординарным);
b) суперкомпенсаторным;
c) активным;
d) строго регламентированным.

КЛЮЧ К ТЕСТУ

Номер вопроса	Номер ответа	Номер вопроса	Номер ответа
1	b	11	b
2	a	12	b
3	c	13	c
4	b	14	a
5	c	15	b
6	a	16	c
7	b	17	c
8	c	18	c
9	a	19	d
10	c	20	a

Система оценки: более 90% (18 – 20 правильных ответов) – отлично; 80% – 89% (16 – 17 правильных ответов) – хорошо; 79% – 60% (12 – 15 правильных ответов) – удовлетворительно; менее 60% (11 и менее правильных ответов) – неудовлетворительно.

7.2.3. Вопросы к экзамену

Примерный перечень вопросов к экзамену (7 семестр)

Модуль 1. Общие основы теории физической культуры

Модуль 2. Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры в различные периоды жизни человека

1. Физическая культура. Формы, функции и виды физической культуры.
2. Характеристика основных понятий ТФК («физическая культура», «спорт», «физическое воспитание», «физическое развитие», «физическая рекреация», «физическое упражнение»).
3. Характеристика основных понятий ТФК («физическое образование», «физическая подготовка», «физическая подготовленность», «физическое совершенство», «двигательная реабилитация», «система физического воспитания»).

4. Методы научных исследований, применяемые в ТФК.
5. Система физического воспитания России. Характеристика звеньев и основ системы физического воспитания России. Цель и задачи физического воспитания в стране.
6. Характеристика общих принципов системы физического воспитания России.
7. Общая характеристика средств физического воспитания.
8. Физические упражнения – основное специфическое средство физического воспитания, их классификация, форма и содержание.
9. Техника физических упражнений (понятие техники), спортивная техника, основа, основное звено, детали техники.
10. Краткая характеристика методов физического воспитания.
11. Методы развития физических качеств.
12. Характеристика методов обучения двигательному действию.
13. Особенности использования игрового и соревновательного методов при обучении двигательному действию и развитии физических качеств.
14. Характеристика методов организации учебной деятельности занимающихся в физическом воспитании.
15. Особенности использования кругового метода тренировки в группе методов организации учебной деятельности на уроке.
16. Использование методов воспитания морально-волевых и нравственных качеств в процессе физического воспитания.
17. Дидактические принципы системы физического воспитания и их реализация.
18. Понятия: знания, двигательные умения, двигательные навыки, их характеристики, взаимодействие навыков. Положительный и отрицательный перенос навыков.
19. Законы формирования двигательного навыка.
20. Обучение двигательному действию, готовность к обучению. Задачи, средства и методы первого этапа обучения. Контроль на этапе.
21. Обучение двигательному действию. Задачи, средства и методы второго этапа обучения, контроль на этапе.
22. Обучение двигательному действию. Задачи, средства и методы третьего этапа обучения, контроль на этапе.
23. Формы организации занятий в физическом воспитании. Общая характеристика урока как формы занятий (основные признаки и черты урочной формы).
24. Характеристика неурочных форм физического воспитания школьников.
25. Осуществление комплексного воспитания школьников в процессе физического воспитания.
26. Теоретико-методические основы физического воспитания детей дошкольного возраста.
27. Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста.
28. Средства и формы организации физического воспитания детей и молодежи школьного возраста.
29. Урок физической культуры – как основная форма физического воспитания в общеобразовательной школе. Общая характеристика, структура и содержание урока физической культуры в школе.
30. Классификация уроков физической культуры.
31. Основные требования к современному уроку физической культуры.
32. Планирование работы по физическому воспитанию в общеобразовательной школе. Сущность, требования и виды планирования.
33. Структура и содержание комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов общеобразовательной школы.
34. Характеристика современных программ по физическому воспитанию в общеобразовательных школах.

35. Методика составления годового плана-графика прохождения учебного материала по физической культуре.
36. Методика составления календарно-тематического плана-графика учебной работы по физической культуре в общеобразовательной школе.
37. Методика составления конспекта урока по физической культуре.
38. Теоретико-методические основы профессионально-прикладной физической подготовки.
39. Характеристика педагогического анализа урока физической культуры.
40. Двигательная и общая плотность урока физической культуры, методика ее определения. Нормы двигательной плотности урока и способы ее повышения.
41. Основные документы, регламентирующие процесс физического воспитания в общеобразовательной школе.
42. Методика определения интенсивности нагрузки в уроке физической культуры (пульсометрия).
43. Методические особенности физического воспитания детей младшего школьного возраста.
44. Методические особенности физического воспитания детей среднего школьного возраста.
45. Методические особенности физического воспитания учащихся старшего школьного возраста.
46. Теоретико-методические основы физического воспитания студенческой молодежи в ВУЗе.
47. Организационное обеспечение урока физической культуры.
48. Задачи и содержание физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного и продленного дня школы.
49. Задачи и содержание внеклассной работы по физическому воспитанию в общеобразовательной школе.
50. Задачи и содержание физического воспитания в системе внешкольных учреждений.
51. Задачи и содержание физического воспитания в семье.
52. Методические особенности физического воспитания учащихся общеобразовательных школ с ослабленным здоровьем.
53. Теоретико-методические основы физического воспитания в основной период трудовой деятельности.
54. Теоретико-методические основы физического воспитания в пожилом и старшем возрасте.
55. Особенности организации и проведении уроков начальной и основной малокомплектной сельской школе.
56. Методические особенности составления и проведения игровых сюжетных уроков в начальной общеобразовательной школе.
57. Система проверки успеваемости на уроках физической культуры.
58. Теоретико-методические основы дозирования нагрузок на уроке физической культуры.
59. Теоретико-методические основы физического воспитания учащихся ССУЗов.
60. Виды, содержание и требования контроля и учета по физическому воспитанию.

Примерный перечень вопросов к экзамену (8 семестр)
Модуль 3. Теория и методика спорта

1. Основные понятия теории и методики спорта («спорт» в узком и широком понимании, спортивное соревнование, спортивное движение, спортивная деятельность, спортивная подготовка и тренировка).
2. Сущность и функции спорта.

3. Основные направления в развитии спортивного движения.
4. Классификация видов спорта.
5. Соревнования, как основа специфики спорта. Смысл и тенденции роста спортивных достижений.
6. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки.
7. Цели и задачи спортивной тренировки.
8. Средства спортивной тренировки.
9. Методы спортивной тренировки.
10. Основные принципы спортивной тренировки.
11. Спортивно-техническая подготовка.
12. Спортивно-тактическая подготовка.
13. Физическая подготовка.
14. Психическая подготовка.
15. Спортивная подготовка как многолетний процесс и ее структура.
16. Построение тренировки в малых циклах (микроциклах).
17. Построение тренировки в средних циклах (мезоциклах).
18. Построение тренировки в больших циклах (макроциклах).
19. Основные понятия; факторы, влияющие на развитие быстроты; задачи развития скоростных способностей.
20. Средства воспитания скоростных способностей.
21. Методы воспитания скоростных способностей.
22. Методики воспитания скоростных способностей: воспитание быстроты простой двигательной реакции; воспитание быстроты сложных двигательных реакций; воспитание быстроты движений.
23. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития скоростных способностей.
24. Основные понятия; виды гибкости, задачи развития гибкости.
25. Средства и методы воспитания гибкости.
26. Методика развития гибкости.
27. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития гибкости.
28. Основные понятия (сила, силовые способности, собственно-силовые способности, скоростно-силовые способности и т.д.), факторы, влияющие на развитие силы.
29. Средства воспитания силы (основные, дополнительные).
30. Методы воспитания силы.
31. Методики воспитания силовых способностей: воспитание собственно силовых способностей с использованием непредельных отягощений; воспитание скоростно-силовых способностей с использованием непредельных отягощений; воспитание силовой выносливости с использованием непредельных отягощений; воспитание собственно-силовых способностей с использованием околопредельных и предельных отягощений.
32. Контрольные упражнений (тесты) для определения уровня развития силовых способностей.
33. Основные понятия; задачи по развитию выносливости; факторы, от которых зависит проявление выносливости.
34. Средства воспитания выносливости.
35. Методы воспитания выносливости.
36. Методика воспитания общей выносливости.
37. Воспитание выносливости путем воздействия на анаэробные возможности человека.
38. Особенности воспитания специфических типов выносливости.
39. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития выносливости.
40. Основные понятия и задачи развития координационных способностей.

41. Средства воспитания координационных способностей.
42. Методические подходы и методы воспитания координационных способностей.
43. Методика совершенствования пространственной, временной и силовой точности движений.
44. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития координационных способностей.

Критерии оценки знаний студентов на экзамене

«Отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением студента подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Студент должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь студента должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе студента как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«Удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Студент испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«Неудовлетворительно» - студент не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

Комплект заданий для контрольной работы

Тема. Система планирования работы по физическому воспитанию в общеобразовательной школе.

Вариант 1.

Задание 1. Составить календарно-тематический план график учебной работы на 1 четверть для учащихся 6 класса.

Задание 2. Составить конспект урока по легкой атлетике для учащихся 6 класса.

Вариант 2.

Задание 1. Составить календарно-тематический план график учебной работы на 2 четверть для учащихся 2 класса.

Задание 2. Составить конспект урока по гимнастике для учащихся 2 класса.

Вариант 3.

Задание 1. Составить календарно-тематический план график учебной работы на 3 четверть для учащихся 10 класса.
Задание 2. Составить конспект урока по баскетболу для учащихся 10 класса.

Вариант 4.
Задание 1. Составить календарно-тематический план график учебной работы на 3 четверть для учащихся 4 класса.
Задание 2. Составить конспект урока по лыжной подготовке для учащихся 4 класса.

Критерии оценки контрольной работы

«Зачтено» выставляется студенту, если контрольная работа выполнена в полном объеме, без ошибок или с наличием незначительных.

«Не зачтено» выставляется студенту, если контрольная работа не выполнена в полном объеме и допущены значительные ошибки.

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

Основная литература:

1. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов вузов / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 480 с.

Дополнительная литература:

2. Ключникова, А.Н. Теория физической культуры, спортивная тренировка [Электронный ресурс]: курс лекций / А.Н. Ключникова. – 3-еизд., испр. и доп. – Хабаровск: ДВГАФК, 2013. – 132с. ISBN978-5-8028-0160-4. – Режим доступа: http://lib.rucont.ru/efd/284515

3. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля : [12+] / Л. П. Матвеев. – 4-е изд. – Москва : Спорт, 2021. – 520 с. – Режим доступа: biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=695538

4. Рубин, В.С.Разделы теории и методики физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.С. Рубин. – М.: Физическая культура, 2006.- 112 с. ISBN 5-9746-0012-6. – Режим доступа: http://lib.rucont.ru/efd/286733.

5. Седых, Н.В. Общие основы физического воспитания различных возрастных групп населения [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.Г. Саакян, Н.В. Седых. – Волгоград: ВГАФК, 2011. – 125 с. – Режим доступа: http://lib.rucont.ru/efd/284550.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

Интернет-ресурсы:

1. Сайт Смоленской государственной академии физической культуры, спорта и туризма - hhttp://sgafkst.ru/
2. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт].-Режим доступа: https://elibrary.ru/defaultx.asp
3. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://lib.rucont.ru/search

4. Министерство спорта РФ[Электронный ресурс]: [официальный сайт].-Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
5. Федеральный портал «российское образование»[Электронный ресурс]: [официальный сайт].-Режим доступа: http://www.edu.ru
6. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru
7. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.rubricon.com
8. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
9. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
10. Спортивная электронная библиотека[Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Последовательность изучения дисциплины состоит в следующем: посещение лекций, выполнение самостоятельной работы по вопросам семинара на базе конспекта лекции и учебников, участие в дискуссии, диалоге на семинаре, который наряду с лекцией, является основной формой учебного процесса.

Необходимо уметь конспектировать материал лекции, дополнять конспект в процессе самостоятельной работы. Перед лекцией целесообразно прочитывать тему, изложенную в учебнике, что поможет Вам осознанно конспектировать, понимать логику проблемы, темы.

При подготовке к семинару ознакомьтесь с содержанием темы в целом, а затем приступайте к проблематике материала. На семинаре дискутируйте, стремитесь к открытости и основательности. Не прячьте свою точку зрения от других, учитесь анализировать, сопоставлять точки зрения, ибо пассивность на семинаре оборачивается ненужными потерями, не столько в обогащении памяти, сколько в развитии способности самостоятельного мышления.

Следует обратить особое внимание на усвоение теоретических понятий. Причем, необходимо сделать это в самом начале освоения курса, так как изложение всего курса базируется именно на этих понятиях, и их непонимание серьезно осложнит дальнейшее освоение курса.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № 74 – помещение для групповых занятий, индивидуальных и групповых консультаций;	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 12; для преподавателя – 1.	ПО отсутствует

	текущего контроля и промежуточной аттестации	Учебная доска для мела напольная магнитная одноэлементная 120*90 см.	
2	Аудитория № 75 – помещение для групповых занятий, индивидуальных и групповых консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 30; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная трехэлементная 300*100 см.	ПО отсутствует
3	Аудитория № 76 (методический кабинет) – помещение для индивидуальных и групповых консультаций; самостоятельной работы студентов, преподавателей, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 8; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела напольная магнитная одноэлементная 120*90см. Перечень технических средств обучения: монитор ViewSonic , системный блок.	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, Тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 48401470, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine (20.04.2011) Прикладное ПО, пакет офисных приложений Microsoft Open License, Тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 48401470, продукт Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian Academic OPEN 1 License No Level (20.04.2011) Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License Номер лицензии E 0443762_A37B-4211-8C65-909927E56600
4	Аудитория № 77 – помещение для	Укомплектованы специализированной	ПО отсутствует

	групповых занятий, индивидуальных и групповых консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 34; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная трехэлементная 300*100 см.	

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	Microsoft Open License, ТипAcademic, номер67295483, продуктMicrosoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
2	Microsoft Open License, ТипAcademic, номер67295483, продуктMicrosoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений
3	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер (в реестре отечественного ПО номер 3722)
4	Kaspersky Endpoint Security длябизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО (в реестре отечественного ПО номер 3205)

ПРИЛОЖЕНИЕ

ВОПРОСЫ ДЛЯ КОЛЛОКВИУМА
по теме: «Средства и методы физического воспитания»

1. Дайте общую характеристику средств физического воспитания.
2. Что является основным специфическим средством физического воспитания?
3. Приведите классификацию физических упражнений.
4. Что такое техника физических упражнений?
5. Дайте определение понятий: метод, методика, методический прием.
6. На какие группы делят методы физического воспитания?
7. Какие методы обучения двигательному действию Вы знаете?
8. Перечислите методы организации занимающихся на занятии.
9. Дайте характеристику методов развития физических качеств.
10. На какие группы делятся методы научных исследований?
11. Дайте характеристику методов воспитания морально-волевых и нравственных качеств в процессе физического воспитания.
12. В чем особенности использования игрового и соревновательного методов при обучении двигательному действию и развитии физических качеств?
13. В чем заключается сущность использования кругового метода тренировки?

Литература

1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 32-47 с.

ВОПРОСЫ ДЛЯ КОЛЛОКВИУМА
по теме: «Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности»

1. В чем заключается социальное значение физического воспитания взрослого населения, занятого трудовой деятельностью?
2. Какие задачи физического воспитания решаются в молодежном возрасте?
3. Какие особенности физического развития и физической подготовленности людей зрелого возраста?
4. Охарактеризуйте формы физического воспитания в режиме дня трудящихся.
5. Раскройте основы внедрение физической культуры в научную организацию труда.
6. Дайте характеристику видов физической культуры в быту трудящихся.

Литература

1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 279-291 с.

Критерии оценивания знаний студентов в ходе коллоквиума

Оценка «отлично» – полнота и содержательность ответов на вопросы; умение отобрать существенный материал для раскрытия поставленных вопросов;логичность и последовательность в раскрытии вопросов; точность в описании фактов, изложении теорий и формулировке понятий; умение привести примеры, иллюстрирующие излагаемый материал (особенно ценятся самостоятельно подобранные примеры); умение делать выводы;умение стилистически и грамматически правильно оформить ответ;умение уложиться в отведенное время.

Оценка «хорошо» - знание программного материала**;** грамотное изложение, без существенных неточностей в ответе на вопрос.

Оценка «удовлетворительно» - усвоение основного материала**;** при ответе допускаются неточности**;** недостаточно правильные формулировки; нарушение последовательности в изложении программного материала**.**

Оценка «не удовлетворительно» - незнание программного материала; при ответе возникают ошибки**.**

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ
по дисциплине «Теория и методика физической культуры»

Модуль 1.Общие основы теории физической культуры

1. Урочные формы организации занятий в физическом воспитании.
2. Неурочные формы организации занятий в физическом воспитании.

Модуль 2. Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры в различные периоды жизни человека

1. Методические основы физического воспитания в основной период трудовой деятельности.
2. Методические основы физического воспитания в пожилом и старшем возрастах.

Модуль 3. Теория и методика спорта

1. Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта.
2. Основные направления в развитии спортивного движения.
3. Классификация видов спорта.
4. Теоретико-методические аспекты спортивного отбора и ориентации.
5. Планирование, контроль и учет в системе подготовки спортсмена.

ОЦЕНОЧНЫЙ ЛИСТ
защиты реферата

№ п/п	Наименование показателя	Выявленные недостатки и замечания	Оценка
I. КАЧЕСТВО РАБОТЫ			
1.	Соответствие содержания работы заданию		
2.	Соответствие содержания работы заданию		
3.	Самостоятельность выполнения работы, глубина проработки материала, использование рекомендованной и справочной литературы		
4.	Обоснованность и доказательность выводов		
5.	Общая оценка за выполнение		
II. КАЧЕСТВО ДОКЛАДА			
1.	Соответствие содержания доклада содержанию работы		
2.	Выделение основной мысли работы		
3.	Качество изложения материала		
4.	Общая оценка за доклад		
III. ОТВЕТЫ НА ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ПО СОДЕРЖАНИЮ РАБОТЫ			
1.	Вопрос 1		
2.	Вопрос 2		

3.	Вопрос 3..		
4.	Общая оценка за ответы на вопросы		
5.	ИТОГОВАЯ ОЦЕНКА ЗА ЗАЩИТУ		

Критерии оценки презентации

Критерии оценивания	Максимальное количество баллов	Оценка преподавателя	Оценка группы	Итоговая оценка
Титульный слайд с заголовком	5			
Дизайн слайдов	10			
Использование дополнительных эффектов PowerPoint (смена слайдов, звук)	5			
Список источников информации	5			
Содержание				
Широта кругозора	15			
Логика изложения материала	15			
Правильность и точность речи во время защиты презентации	10			
Организация				
Текст хорошо написан	10			
Слайды представлены в логической последовательности	15			
Слайды распечатаны в формате А 4	10			
Общие баллы	100			

Согласовано:
Ответственная за ОПОП по направлению подготовки 49.03.01
профилю «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
к.п.н., доцент _____ З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра МЕНЕДЖМЕНТА И ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНЫХ ДИСЦИПЛИН

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«13» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующая кафедрой Е.В. Алпацкая

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«14» 05 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ В ТУРИСТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03
«Рекреация и спортивно – оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): Спортивно – оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 3,4

Семестр – 6,7

Итоговая форма контроля – экзамен (7 семестр)

Рабочую программу разработала:
Давыдова О.В., ст.преподаватель

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

	СТР.
1. Пояснительная записка	3
1.1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта	3
1.2. Краткая характеристика дисциплины	4
2. Результаты обучения по дисциплине	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП	8
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	8
5. Содержание дисциплины	8
5.1. Количество часов по видам занятий	8
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий	9
5.2.1 Содержание лекционного материала	9
5.2.2. Содержание практических занятий	12
6. Самостоятельная работа студентов	16
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации	17
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины	17
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы	22
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля	22
7.2.2. Тестовые задания	22
7.2.3. Вопросы к экзамену	26
8. Перечень основной и дополнительной литературы	28
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины	29
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	29
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины	31

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Выписка из ФГОС 3++

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

тренерские;

педагогические;

рекреационно-оздоровительные;

организационно-методические;

организационно-управленческие;

научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

1.2. Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Правовые основы физической культуры и спорта» реализуется в рамках обязательной части учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению подготовки 49.03.03 "Рекреация и спортивно – оздоровительный туризм", профиль: «спортивно – оздоровительный туризм». Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Правовые основы физической культуры и спорта» состоит из следующих тем:

Тема 1. Общая характеристика правовых основ физической культуры и спорта

Тема 2. Особенности регионального законодательства отрасли.

Тема 3. Правое обеспечение функционирования общественных спортивных организаций в России.

Тема 4. Правовое обеспечение профессионального спорта.

Тема 5. Правовые основы международного спортивного и олимпийского движений.

Тема 6. Особенности регулирования труда спортивных работников.

Учебный процесс по дисциплине «Правовые основы физической культуры и спорта» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекций, семинаров, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы.

2. Результаты обучения по дисциплине

В результате обучения по дисциплине «Правовые основы физической культуры и спорта» у студента формируются компетенции:

УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.

ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики.

Изучение дисциплины «Правовые основы физической культуры и спорта» направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности, представленных в Таблице 1.

Таблица 1

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать: - конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования - понятия и признаков правовых отношений; -трудовое законодательство Российской Федерации; - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; - законодательство Российской Федерации в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта; - методы организации и управления в области физической культуры и спорта, применяемые на федеральном и региональном уровнях - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации, включая распорядительные акты вышестоящей организации - основы планирования, бюджетирования и порядок финансирования деятельности физкультурно-спортивной организации соответствующей организационно-правовой формы и формы собственности; - требования федераций по видам спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов; - требования охраны труда в области образования и	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» A/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение A/03.6 Развивающая деятельность ПС «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» A/02.6 Организация досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы	УК – 2 ОПК – 12

физической культуры и спорта; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - судебную практику по спорам в области физической культуры и спорта; - положения и регламенты спортивного арбитражного судопроизводства; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования и физической культуры и спорта; - этические нормы в области спорта и образования; - законы и иные нормативные правовые акты РФ и субъекты РФ в сфере туризма и экскурсионного дела, зашиты прав потребителей; - отраслевые правила и стандарты; - основы трудового и миграционного законодательства РФ; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду (видам спорта); - антидопинговые правовые документы. - основные нормативные правовые акты разного уровня: международного – конвенция о правах ребенка; федерального, регионального, локального (на уровне организации, осуществляющей спортивную подготовку и образовательной организации; -нормативные правовые акты, регулирующие работу по предотвращению применения допинга, содержание и организация антидопинговых мероприятий. **Уметь**: - оформлять документы или контролировать правильность их оформления в соответствии с образцом; - формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; - разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта; - осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной организации; - проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом - ориентироваться в судебной практике по спорам в области физической культуры и спорта; - анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия	С/01.6 Организация и проведение массовых досуговых мероприятий ПС «Экскурсовод (гид)» D/01.6 Разработка экскурсий D/02.6 Сопровождение туристов (экскурсантов) по маршруту экскурсии ПС «Тренер» A/01.5 Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся A/04.5 Консультирование тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки занимающихся С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в	

действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов; - осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативных правовых актов условиям договоров; - составлять экскурсионную документацию; разрешать конфликтные ситуации, возникающие на маршрутах экскурсий - подбирать и систематизировать методические и информационные материалы для разработки программ спортивной подготовки; - анализировать правовую, методическою документации по вопросам организации и осуществления физкультурной, спортивно – массовой и воспитательной работы физкультурно – спортивной организации - выявлять проблемы образовательного процесса и резервы улучшения его результативности; - обеспечить нетерпимость к допингу спортсменов с целью сохранения их здоровья и утверждения в спорте свода этических и моральных законов, основанных на внутреннем убеждении индивидуума о благородстве и справедливости в спорте, формировании знаний и навыков определения возможных путей профилактической антидопинговой деятельности. **Иметь опыт:** - устанавливать квалификационные категории (первая, высшая) по решению аттестационной комиссии в порядке, предусмотренном законодательством Российской Федерации - планирования спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; - разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; - составления документов по разрешению споров в области физической культуры и спорта - обеспечение соответствия условий труда требованиям трудового законодательства Российской Федерации; - оформления экскурсионной документации; - формирования базы правовой, методической документации по вопросам организации и осуществления физкультурной, спортивно – массовой и воспитательной работы физкультурно – спортивной организации. - формирования банка нормативных правовых актов и научно – методической информации по организации спортивной подготовки; - осуществление образовательного процесса в предметной	соответствии с программами спортивной подготовки ПС «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» F/02.6 Подготовка занимающихся по видам рекреации и спортивно – оздоровительного туризма F/05.6 Планирование и методическое сопровождение спортивной подготовки занимающихся 05.012 «Тренер – преподаватель» A/ 03.6 Проведение занятий физической культурой и спортом A/08.6 Проведение работы по предотвращению применения допинга	

области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; - проведение работы, способствующей формированию нетерпимости к допингу спортсменов, с целью сохранения их здоровья и утверждения в спорте свода этических и моральных законов, основанных на внутреннем убеждении индивидуума о благородстве и справедливости в спорте.		

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Правовые основы физической культуры и спорта» относится к обязательной части дисциплин (Б1.О.22).

В соответствии с учебным планом дисциплина «Правовые основы физической культуры и спорта» изучается на 3, 4 курсе.

Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля): экзамен.

Для успешного освоения дисциплины «Правовые основы физической культуры и спорта» необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: «Социология», «Культурология» в объеме ОПОП по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно – оздоровительный туризм».

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр					
			3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		12				6	6	
Лекции		6				4	2	
Семинары		6				2	4	
Практические занятия		-					-	
Лабораторные работы		-					-	
Промежуточная аттестация (экзамен)		9					9	
Самостоятельная работа		87				30	57	
Общая трудоемкость	**часы**	108				36	72	
	ЗЕ	3						

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

№ Темы	Название темы	Всего часов	Всего ауд. часов	Лекции	Практич. занятия	Самостоятельная работа
1	Общая характеристика правовых основ физической культуры и спорта	16	2	2	-	14
2	Особенности регионального законодательства отрасли	16	2	2	-	14
3	Правое обеспечение функционирования общественных спортивных организаций в России	18	2	-	2	16
4	Правовое обеспечение профессионального спорта	16	2	2	-	14
5	Правовые основы международного спортивного и олимпийского движений	16	2	-	2	14
6	Особенности регулирования труда спортивных работников	17	2	-	2	15
	Экзамен	9	9			
	Всего часов	108	21	6	6	87

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий

Тема 1. Общая характеристика правовых основ физической культуры и спорта

Вид занятия: лекция
Время: 2 часа
Место проведения: учебная аудитория
Формируемые компетенции: УК – 2, ОПК - 12

План лекции

Классификация функциональных групп правовых и нормативных актов правовых основ физической культуры и спорта. Становление правового обеспечения физической культуры и спорта до 1991 года. Развитие правовых основ физической культуры и спорта в современной России. Основные положения Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

Изучение темы №1 направлено на приобретение:

знаний: конституции РФ, своих гражданских прав и обязанностей, законов РФ и нормативных документов в области физической культуры и спорта и образования; нормативных документов в области физической культуры и спорта; методов организации и управления в области физической культуры и спорта, применяемые на федеральном и региональном уровнях; нормативных документов в области осуществления контроля качества услуг; нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; судебную практику по спорам в области физической культуры и спорта.

умений: анализировать планирующую и отчетную документациюпо вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов; разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта; ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом.

иметь опыт: разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики.

Тема 2. Особенности регионального законодательства отрасли

Вид занятия: лекция
Время: 2 часа
Место проведения: учебная аудитория
Формируемые компетенции: УК – 2, ОПК - 12

План лекции

Общая характеристика регионального законодательства отрасли.

Организация управления физической культурой и спортом в Смоленской области.

Структура и состав Главного управления спорта Смоленской области. Совет при Губернаторе Смоленской области по физической культуре и спорту. Состав Совета при губернаторе смоленской области по физической культуре и спорту. Форма поощрения в сфере физической культуры и спорта Смоленской области, не являющейся наградой и почетным званием

Смоленской области. Развитие физической культуры и спорта в смоленской области.

Изучение темы №2 направлено на приобретение:

знаний: методов организации и управления в области физической культуры и спорта, применяемых на федеральном и региональном уровнях; основ планирования, бюджетирования и порядок финансирования деятельности физкультурно-спортивной организации соответствующей организационно-правовой формы и формы собственности; законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; требований федераций по видам спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; требований к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов.

умений: ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативных правовых актов условиям договоров.

иметь опыт: планирования спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; составления документов по разрешению споров в области физической культуры и спорта; обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики.

Тема 4. Правовое обеспечение профессионального спорта

Вид занятия: лекция
Время: 2 часа
Место проведения: учебная аудитория
Формируемые компетенции: УК – 2, ОПК - 12

План лекции

Зарождение современного профессионального спорта. Формирование правовых основ профессионального спорта в США. Формирование правовых основ профессионального спорта в Европе. Профессиональный спорт в СССР. Правовая регламентация профессионального спорта в России.

Изучение темы № 4 направлено на приобретение:

знаний: основ планирования, бюджетирования и порядок финансирования деятельности физкультурно-спортивной организации соответствующей организационно-правовой формы и формы собственности; конституции РФ, своих гражданских прав и обязанностей, законов РФ и нормативных документов в области физической культуры и спорта и образования; трудового законодательства Российской Федерации;

законодательства Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; законодательства Российской Федерации в образовании; нормативных документов в области физической культуры и спорта; требований федераций по видам спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий.

умений: разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта; осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной организации; проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; ориентироваться в судебной практике по спорам в области физической культуры и спорта; анализировать планирующую и отчетную документациюпо вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов;

иметь опыт: планирования спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; составления документов по разрешению споров в области физической культуры и спорта

5.2.2. Содержание практических занятий

Тема 3. Правое обеспечение функционирования общественных спортивных организаций в России

Вид занятия: семинар
Время: 2 часа
Место проведения: учебная аудитория
Формируемые компетенции: УК – 2, ОПК - 12

Вопросы для рассмотрения

1. Правовые основы деятельности национальных федераций.
2. Правовое обеспечение деятельности олимпийского комитета России.
3. Федеральный закон № 310 от 1 декабря 2007 года «Об организации и проведении XX Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в городе Сочи, развитии города Сочи как горноклиматического курорта и внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации».

Изучение темы № 3 направлено на приобретение:

знаний: методов организации и управления в области физической культуры и спорта, применяемые на федеральном и региональном уровнях; нормативных документов в области физической культуры и спорта; методов предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние;

умений: разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта; осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной организации; проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; ориентироваться в судебной практике по спорам в области физической культуры и спорта; анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов; осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативных правовых актов условиям договоров.

иметь опыт: обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника.

Основная литература

1. Починкин, А. В. Правовые основы физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. В. Починкин .— 2-е изд., доп. и перераб. — Малаховка : МГАФК, 2010 .— 171 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/291727
2. Репина, М.Г. Правоведение [Электронный ресурс] : учебник / М.Г. Репина .— 2-е изд., испр. и доп. — М. : Советский спорт, 2009 .— 173 с. — (Профессиональное туристское образование) .— ISBN 978-5-9718-0416-1 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271135

Тема 5. Правовые основы международного спортивного и олимпийского движений

Вид занятия: семинар
Время: 2 часа
Место проведения: учебная аудитория
Формируемые компетенции: УК – 2, ОПК - 12

Вопросы для рассмотрения

1. Правовое обеспечение физической культуры и спорта в зарубежных странах.
2. Правовые документы, определяющие политику в международном спорте (без характеристики НПА).
3. Европейский манифест «Молодые люди и спорт». Международная хартия физического воспитания и спорта. Кодекс спортивной этики.
4. Уставы международных спортивных федераций.
5. Олимпийская хартия.
6. Международный спортивный арбитраж.
7. Спортивный арбитраж в России.

Изучение темы № 5 направлено на приобретение:

знаний: методов организации и управления в области физической культуры и спорта, применяемых на федеральном и региональном уровнях; основ планирования, бюджетирования и порядок финансирования деятельности физкультурно-спортивной организации соответствующей организационно-правовой формы и формы собственности; законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; требований федераций по видам спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; требований к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов.

умений: ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативных правовых актов условиям договоров.

иметь опыт: планирования спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; составления документов по разрешению споров в области физической культуры и спорта; обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики.

Основная литература

1. Починкин, А. В. Правовые основы физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. В. Починкин .— 2-е изд., доп. и перераб. — Малаховка : МГАФК, 2010 .— 171 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/291727
2. Репина, М.Г. Правоведение [Электронный ресурс] : учебник / М.Г. Репина .— 2-е изд., испр. и доп. — М. : Советский спорт, 2009 .— 173

с. — (Профессиональное туристское образование) .— ISBN 978-5-9718-0416-1 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271135

Тема 6. Особенности регулирования труда спортивных работников

Вид занятия: семинар
Время: 2 часа
Место проведения: учебная аудитория
Формируемые компетенции: УК – 2, ОПК - 12

Вопросы для рассмотрения

1. Сущность трудовых договоров (контрактов) в спорте.
2. Особенности заключения спортивного контракта.
3. Особенности содержания, обязанности сторон и порядок разрешения споров между ними, изменение условий контракта.
4. Правовая регламентация труда спортсменов, тренеров, спортивных работников в Трудовом кодексе РФ, Уголовном кодексе РФ.
5. Разрешение споров в сфере ФК и С.

Изучение темы № 6 направлено на приобретение:

знаний: основ планирования, бюджетирования и порядок финансирования деятельности физкультурно-спортивной организации соответствующей организационно-правовой формы и формы собственности; конституции РФ, своих гражданских прав и обязанностей, законов РФ и нормативных документов в области физической культуры и спорта и образования; трудового законодательства Российской Федерации; законодательства Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; законодательства Российской Федерации в образовании; нормативных документов в области физической культуры и спорта; требований федераций по видам спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий.

умений: разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта; осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной организации; проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; ориентироваться в судебной практике по спорам в области физической культуры и спорта; анализировать планирующую и отчетную документациюпо вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов;

иметь опыт: разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; составления документов по разрешению споров в области физической культуры и спорта.

Основная литература

1. Починкин, А. В. Правовые основы физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. В. Починкин .— 2-е изд., доп. и перераб. — Малаховка : МГАФК, 2010 .— 171 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/291727
2. Репина, М.Г. Правоведение [Электронный ресурс] : учебник / М.Г. Репина .— 2-е изд., испр. и доп. — М. : Советский спорт, 2009 .— 173 с. — (Профессиональное туристское образование) .— ISBN 978-5-9718-0416-1 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271135

6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Содержание работы Темы занятий	Кол-во часов	Виды контроля
1	Общая характеристика правовых основ физической культуры и спорта	14	Опрос. Учебная дискуссия.
2	Особенности регионального законодательства отрасли	14	Беседа. Доклады студентов. Структурированная дискуссия.
3	Правое обеспечение функционирования общественных спортивных организаций в России	16	Опрос. Доклады студентов. Свободная дискуссия.
4	Правовое обеспечение профессионального спорта	14	Опрос. Доклады студентов. Регламентированная дискуссия (дебаты).
5	Правовые основы международного спортивного и олимпийского движений	14	Беседа. Доклады студентов. Свободная дискуссия.
6	Особенности регулирования труда спортивных работников	15	Опрос. Мозговой штурм.
	Итого:	**87**	

Основная литература

1. Починкин, А. В. Правовые основы физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. В. Починкин .— 2-е изд., доп. и перераб. — Малаховка : МГАФК, 2010 .— 171 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/291727
2. Репина, М.Г. Правоведение [Электронный ресурс] : учебник / М.Г. Репина .— 2-е изд., испр. и доп. — М. : Советский спорт, 2009 .— 173 с. — (Профессиональное туристское образование) .— ISBN 978-5-9718-0416-1 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271135

Дополнительная литература

1. Сборник нормативных актов по дисциплине «Правовые основы физической культуры и спорта». Вып. 2 [Электронный ресурс] : сб. вып.2 / Авт.-сост.: Ушакова Наталья Александровна, Верина Ольга Васильевна .— М. : РГУФКСМиТ, 2013 .— 420 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/236417
2. Репина, М.Г. Правоведение [Электронный ресурс] : практикум по курсу / М.Г. Репина .— 2-е изд., испр. и доп. — М. : Советский спорт, 2009 .— 37 с. — ISBN 978-5-9718-0383-6 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271136

Электронные ресурсы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту: http://lib.sportedu.ru
4. Экономический справочник: http://econtool.com/entsiklopedii-ekonomicheskoy-nauki.html

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1.Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции	Индикаторы достижений
УК - 2	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель,	**Пороговый уровень** **Знает:** конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования; законы и иные нормативные правовые акты РФ и субъекты РФ в сфере туризма и экскурсионного дела, зашиты прав

	учитель)» A/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение A/03.6 Развивающая деятельность ПС «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» A/02.6 Организация досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы C/01.6 Организация и проведение массовых досуговых мероприятий ПС «Экскурсовод (гид)» D/01.6 Разработка экскурсий D/02.6 Сопровождение туристов (экскурсантов) по маршруту экскурсии ПС «Тренер» A/01.5 Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся A/04.5 Консультирование тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки занимающихся C/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки ПС «Специалист по	потребителей; отраслевые правила и стандарты; основы трудового и миграционного законодательства РФ; **Умеет:** осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной организации; проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; составлять экскурсионную документацию; разрешать конфликтные ситуации, возникающие на маршрутах экскурсий; **Имеет опыт:** планирования спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; оформление экскурсионной документации; **Стандартный уровень** **Знает:** конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования; федеральные стандарты спортивной подготовки по виду (видам спорта); антидопинговые правовые документы. **Умеет:** формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта; подбирать и систематизировать методические и информационные материалы для разработки программ спортивной подготовки; анализировать правовую, методическою документации по вопросам организации и осуществления физкультурной, спортивно – массовой и воспитательной работы физкультурно – спортивной организации; **Имеет опыт:** планирования спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; планирования и проведения научного исследования по определению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта; формирования базы правовой, методической документации по вопросам организации и осуществления физкультурной, спортивно – массовой и воспитательной работы физкультурно – спортивной организации; формирования банка нормативных правовых актов и научно – методической информации по организации спортивной подготовки. **Эталонный уровень** **Знает:** методы организации и управления в

	инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» F/02.6 Подготовка занимающихся по видам рекреации и спортивно – оздоровительного туризма F/05.6 Планирование и методическое сопровождение спортивной подготовки занимающихся 05.012 «Тренер – преподаватель» A/ 03.6 Проведение занятий физической культурой и спортом A/08.6 Проведение работы по предотвращению применения допинга	области физической культуры и спорта, применяемые на федеральном и региональном уровнях; конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования; основные нормативные правовые акты разного уровня: международного – конвенция о правах ребенка; федерального, регионального, локального (на уровне организации, осуществляющей спортивную подготовку и образовательной организации; нормативные правовые акты, регулирующие работу по предотвращению применения допинга, содержание и организация антидопинговых мероприятий. **Умеет:** ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; выявлять проблемы образовательного процесса и резервы улучшения его результативности; обеспечить нетерпимость к допингу спортсменов с целью сохранения их здоровья и утверждения в спорте свода этических и моральных законов, основанных на внутреннем убеждении индивидуума о благородстве и справедливости в спорте, формировании знаний и навыков определения возможных путей профилактической антидопинговой деятельности. **Имеет опыт:** осуществление образовательного процесса в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; проведение работы, способствующей формированию нетерпимости к допингу спортсменов, с целью сохранения их здоровья и утверждения в спорте свода этических и моральных законов, основанных на внутреннем убеждении индивидуума о благородстве и справедливости в спорте.
ОПК - 12	ПС «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» A/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение A/03.6 Развивающая	**Пороговый уровень** **Знает:** понятия и признаков правовых отношений; трудовое законодательство Российской Федерации; законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; законодательство Российской Федерации в образовании; нормативные документы в области физической культуры и спорта; законы и иные нормативные правовые акты РФ и субъекты РФ в сфере туризма и экскурсионного дела, зашиты прав потребителей; отраслевые правила и

	деятельность ПС «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» A/02.6 Организация досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы C/01.6 Организация и проведение массовых досуговых мероприятий ПС «Экскурсовод (гид)» D/01.6 Разработка экскурсий D/02.6 Сопровождение туристов (экскурсантов) по маршруту экскурсии ПС «Тренер» A/01.5 Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся A/04.5 Консультирование тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки занимающихся C/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки ПС «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	стандарты; основы трудового и миграционного законодательства РФ; **Умеет:** ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; ориентироваться в судебной практике по спорам в области физической культуры и спорта; составлять экскурсионную документацию; разрешать конфликтные ситуации, возникающие на маршрутах экскурсий. **Имеет опыт:** разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; оформление экскурсионной документации. **Стандартный уровень** **Знает:** требования федераций по видам спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; федеральные стандарты спортивной подготовки по виду (видам спорта); антидопинговые правовые документы. **Умеет:** анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов; подбирать и систематизировать методические и информационные материалы для разработки программ спортивной подготовки; анализировать правовую, методическою документации по вопросам организации и осуществления физкультурной, спортивно – массовой и воспитательной работы физкультурно – спортивной организации. **Имеет опыт:** обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; составления документов по разрешению споров в области физической культуры и спорта; формирования базы правовой, методической документации по вопросам организации и осуществления физкультурной, спортивно – массовой и воспитательной работы физкультурно – спортивной организации; формирования банка

	F/02.6 Подготовка занимающихся по видам рекреации и спортивно – оздоровительного туризма F/05.6 Планирование и методическое сопровождение спортивной подготовки занимающихся 05.012 «Тренер – преподаватель» A/ 03.6 Проведение занятий физической культурой и спортом A/08.6 Проведение работы по предотвращению применения допинга	нормативных правовых актов и научно – методической информации по организации спортивной подготовки **Эталонный уровень** **Знает:** нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов; требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта; нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; судебную практику по спорам в области физической культуры и спорта; положения и регламенты спортивного арбитражного судопроизводства; методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования и физической культуры и спорта; этические нормы в области спорта и образования; основные нормативные правовые акты разного уровня: международного – конвенция о правах ребенка; федерального, регионального, локального (на уровне организации, осуществляющей спортивную подготовку и образовательной организации; нормативные правовые акты, регулирующие работу по предотвращению применения допинга, содержание и организация антидопинговых мероприятий. **Умеет:** ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; ориентироваться в судебной практике по спорам в области физической культуры и спорта; осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативных правовых актов условиям договоров; выявлять проблемы образовательного процесса и резервы улучшения его результативности; обеспечить нетерпимость к допингу спортсменов с целью сохранения их здоровья и утверждения в спорте свода этических и моральных законов, основанных на внутреннем убеждении индивидуума о благородстве и справедливости в спорте, формировании знаний и навыков определения возможных путей профилактической антидопинговой деятельности. **Имеет опыт:** обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области

		физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; составления документов по разрешению споров в области физической культуры и спорта; осуществление образовательного процесса в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; проведение работы, способствующей формированию нетерпимости к допингу спортсменов, с целью сохранения их здоровья и утверждения в спорте свода этических и моральных законов, основанных на внутреннем убеждении индивидуума о благородстве и справедливости в спорте.

7.2. Типовые контрольные задания

7.2.1.Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

В ходе освоения дисциплины осуществляются:

А. Текущий контроль в форме фронтального экспресс-опроса по пройденной теме(ам), тестирования, оценки рефератов, выступлений студентов на семинарских занятиях, выполнения письменных домашних заданий, развернутых письменных контрольных тестов и т.д.;

В. Рубежный контроль, выражением которого является зачет, который проводится в устной форме по вопросам билетов, при этом преподавателем учитываются выдающиеся результаты работы студентов в течение семестра.

7.2.2. Тестовые задания

Форма тестовых заданий – вопрос, к нему три ответа, один из которых правильный. Тестовые задания содержат 25 вопросов.

Нормы оценки ответов на тестовые задания – по 1 баллу за правильный ответ на 1 вопрос.

Критерии оценки:

23-25 баллов – отлично
19-22 баллов – хорошо
15-18 баллов – удовлетворительно
меньше 9 баллов – неудовлетворительно

1. Спортивное соревнование по определенному виду спорта или одной из его дисциплин, в результате которого осуществляется распределение мест и (или) медалей среди участников спортивного соревнования – это …

а) вид программы
б) вид спорта

в) спортивная дисциплина
г) объект спорта

2. Основы законодательства РФ о физической культуре и спорте были впервые приняты в …
а) 1989
б) 1991
в) 1993
г) 1996

3. Федеральный закон «О Физической культуре и спорте в Российской Федерации» принят в …
а) 1993
б) 1996
в) 1999
г) 2008

4. Когда правовая норма предполагает правило, которое субъекты спортивных отношений не вправе изменять по своему соизволению, она признается …
а) императивной
б) диспозитивной
в) корпоративной
г) локальной

5. Процесс, направленный на развитие физических качеств, способностей (в том числе навыков и умений) человека с учетом вида его деятельности и социально-демографических характеристик – это …
а) физическая подготовка
б) физическое воспитание
г) физическая культура
д) физическая реабилитация

6. Нормы спортивного права подразделяют на материально-правовые, процессуальные, процедурные и …
а) информационные
б) организационные
в) реабилитационные
г) регистрационные

7. К общеправовым принципам спортивного права не относится принцип …
а) законности
б) обеспечение равных возможностей заниматься физкультурой и спортом
независимо от их доходов и благосостояния
в) свободной экономической деятельности
г) государственного регулирования рыночных отношений

8. Система правовых норм, регулирующих имущественные и связанные с ними личные неимущественные отношения, основывающиеся на

автономии воли и имущественной самостоятельности участников таких отношений, характеризующиеся методом юридического равенства сторон – это …
а) Административное право
б) Хозяйственное (предпринимательское) право
в) Конституционное право
г) Гражданское право
9. Если норма законодательства предполагает положение, которое участники физкультурно-спортивной деятельности вправе изменить, то данная норма является …
а) императивной
б) диспозитивной
в) локальной
г) корпоративной
10. Какой вид толкования правовых норм не имеет обязательной юридической силы?
а) аутентическое (авторское) толкование
б) судебное (казуальное) толкование
в) научное (доктринальное) толкование
г) легальное (разрешенное, делегированное) толкование
Юридическое лицо считается созданным с момента:
а) постановки на учет в налоговой инспекции
б) создания штата и бухгалтерии
в) внесения записи в Единый государственный реестр юридических лиц
г) утверждения своего Устава
11. Кто не участвует в утверждении сборных команд по видам спорта в России?
а) МОК
б) ОКР
в) Всероссийские спортивные федерации
12.Принятию федерального закона «О физической культуре и спорте в РФ» предшествовал (?):
а) «Основы законодательства в сфере ФК и С в РФ»
б) Основной закон РФ в сфере ФК и С
в) Закон о спорте в РФ
г) Положение о ФК и С в РФ
13. Федеральным исполнительным органом в области ФК и С в России является:
а) Министерство спорта и социального развития
б) Федеральное агентство спорта и туризма
в) Министерство спорта Российской Федерации
г) Госкомспорт.
14. Что не является основным учредительным документом физкультурно-спортивной организации?

а) Протокол общего собрания
б) Свидетельство о государственной регистрации юридического лица
в) Учредительный договор
г) Устав.

15. Прогулом считается отсутствие работника на рабочем месте без уважительной причины
а) более 3 часов
б) более 4 часов
в) более 20 мин.
г) более 2 часов

16. Подлежат ли приватизации спортсооружения?
а) да
б) нет.

17. Что из перечисленного не является гражданско-правовым договором?
а) договор аренды
б) договор купли-продажи
в) контракт о спортивной деятельности
г) договор поручения.

18. Договором о выполнении работ является:
а) договор подряда
б) договор аренды
в) договор дарения
г) договор поручения.

19. Письменное соглашение о приеме на работу между ФСО и спортсменом (тренером) является:
а) трудовым соглашением
б) трудовым договором (контрактом)
в) коллективным договором
г) договором сотрудничества.

20. Спортивный контракт может быть заключен со спортсменом, достигшим:
а) 12 лет
б) 18 лет
в) 16 лет
г) 14 лет.

21. К нарушению трудовой дисциплины работником физкультурно-спортивной организации не относится:
а) прогул
б) хищение вверенного имущества
в) участие в санкционированной забастовке трудового коллектива
г) требование бесплатной транспортировки до места проведения соревнования

22. ДЮСШ является:

а) муниципальным образовательным учреждением дополнительного образования
б) образовательным учреждением основного образования
в) высшим профессиональным образовательным учреждением.

23. Устав образовательного учреждения является нормативно-правовым актом:
а) федерального значения
б) регионального значения
в) локальным нормативно-правовым актом.

24. Соотнесите, что является основной целью деятельности:
а) коммерческих лиц - в) реализация уставных задач
б) некоммерческих лиц - г) извлечение прибыли.

25. Отношения физкультурно-спортивной организации и его учредителей регулируются:
а) учредительным договором
б) контрактом о спортивной деятельности
в) уставом
г) приказом.

7.2.3. Вопросы к экзамену

1. Конституционные нормы, регулирующие развитие ФКиС в различных странах мира.
2. Конфликтные ситуации в спорте. Правонарушения и взыскания в спорте. Дисквалификация.
3. Меры обеспечения безопасности и безаварийности при проведении УТС и соревнований (в избранном виде спорта).
4. Нормативно-правовое регулирование создания некоммерческой физ-культурно-спортивной федерации.
5. Нормативно-правовые основы социальной защищенности спортсменов.
6. Нормативно-правовые основы функционирования и развития ФКиС (международный, региональный или национальный уровень).
7. Олимпийская хартия как нормативно-правовая основа деятельности МОК.
8. Опыт деятельности Спортивного арбитражного суда.
9. Основные права потребителей социально-культурных услуг и их нормативно-правовая защита.
10. Основные права потребителей спортивных товаров и их нормативно-правовая защита.
11. Особенности контракта зарубежного спортсмена.
12. Особенности нормативно-правового регулирования организации и проведения Олимпийских игр.
13. Особенности трудового договора (контракта) в сфере ФКиС.
14. Подготовка и повышение квалификации тренерского состава.

15. Порядок государственной регистрации физкультурно-спортивной организации как юридического лица.
16. Порядок допуска спортсменов и команд на европейские, мировые первенства и Олимпийские игры (на примере избранного вида спорта).
17. Порядок заключения, пролонгирования и расторжения трудового договора в спорте; порядок перехода спортсмена из одного в клуба в другой, трансферт и компенсационные выплаты (на примере избранного вида спорта).
18. Правила организации и проведения туристских походов в РФ. Спортивный туризм в системе ЕВСК.
19. Профессиональный спортивный клуб как юридическое лицо (правовое положение, источники финансирования).
20. Совершенствование правил соревнований (на примере избранного вида спорта).
21. Спонсорский договор в сфере ФКиС. Международные договора в области ФКиС.
22. Спортивные конфликты в юридической сфере.
23. Устав (регламент) как нормативно-правовая основа деятельности международной (российской) спортивной федерации (с учётом вида спорта специализации).
24. Устав и учредительный договор как важнейшие нормативно-правовые документы организации деятельности физкультурно-спортивной организации (на конкретном примере).
25. Сравнительный анализ федеральных законов «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» 1999 и 2007 гг.
26. Порядок допуска инвалидов к учебно-тренировочным занятиям и участию в спортивных соревнованиях. Порядок организации соревнований инвалидов.
27. Нормативно-правовые документы физического воспитания в школе.
28. Физическое воспитание детей дошкольного возраста в дошкольных учреждениях (нормативные документы) и в условиях семьи.
29. Нормативно-правовые документы физического воспитания в вузе.
30. Человеческий фактор чрезвычайных происшествий и несчастных случаев в спорте. Ответственность организаторов и руководителей, ответственность тренерско-преподавательского и инструкторского состава, ответственность самих занимающихся (на конкретных примерах).
31. Роль государства в создании и реализации правовых норм, регулирующих отношения в сфере ФК и С. Принципы отечественной государственной политики в области ФК и С.
32. Международные правовые акты в сфере физического воспитания и спорта.
33. Правовой статус спортсмена, его права и обязанности.

34. Правовой статус тренера, спортивного специалиста, его права и обязанности.
35. Развитие массового и детско-юношеского спорта в России: проблема правового регулирования.
36. Правовой статус МОК.
37. Кодекс международного спортивного арбитража, как основа для разрешения спорных и конфликтных ситуаций возникающих в сфере физкультуры и спорта. Деятельность спортивного арбитражного суда (CAS).
38. Особенности правового регулирования труда профессионального спортсмена.
39. Социальные гарантии и социальная защита спортсменов и работников физкультурно-спортивных организаций.
40. Институт дисциплины труда в сфере физической культуры и спорта. Правила трудового распорядка физкультурно-спортивной организации.
41. Спорт как услуга: определение, классификация физкультурно-спортивных услуг, нормативно-правовое обеспечение. Закон РФ « О защите прав потребителей» в системе физкультурно-спортивных отношений.
42. Роль местных органов власти в развитии физической культуры и спорта.
43. «Олимпийская хартия»: структура и основное содержание.
44. Конституционные права человека и гражданина в области физической культуры и спорта.
45. Допинг, спортивные результаты и правила честной игры. Конвенция против применения допинга.
46. Международная Хартия физического воспитания и спорта.
47. Спортивная Хартия Европы, ее цели, основные положения.
48. Молодежный спорт. Европейский Манифест «Молодые люди и спорт», цели, основные положения.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература

1. Починкин, А. В. Правовые основы физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. В. Починкин .— 2-е изд., доп. и перераб. — Малаховка : МГАФК, 2010 .— 171 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/291727
2. Репина, М.Г. Правоведение [Электронный ресурс] : учебник / М.Г. Репина .— 2-е изд., испр. и доп. — М. : Советский спорт, 2009 .— 173 с. — (Профессиональное туристское образование) .— ISBN 978-5-9718-0416-1 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271135

Дополнительная литература

1. Сборник нормативных актов по дисциплине «Правовые основы физической культуры и спорта». Вып. 2 [Электронный ресурс] : сб. вып.2 / Авт.-сост.: Ушакова Наталья Александровна, Верина Ольга Васильевна .— М. : РГУФКСМиТ, 2013 .— 420 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/236417
2. Репина, М.Г. Правоведение [Электронный ресурс] : практикум по курсу / М.Г. Репина .— 2-е изд., испр. и доп. — М. : Советский спорт, 2009 .— 37 с. — ISBN 978-5-9718-0383-6 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271136

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту: http://lib.sportedu.ru
4. Экономический справочник: http://econtool.com/entsiklopedii-ekonomicheskoy-nauki.html

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Изучение курса «Правовые основы физической культуры и спорта» предполагает использование следующих форм обучения: лекций, семинаров, самостоятельной работы.

Важным условием успешного изучения дисциплины является системный подход в организации учебного процесса. В этой связи изучение предмета целесообразно начинать с освоения основных понятий о праве и государстве, изучении их отрицательных признаков и закономерностей функционирования.

Для реализации этой задачи первые две темы учебной программы посвящены основным понятиям о государстве и праве. Успешное изучение основ отраслевых дисциплин возможно при условии формирования у студентов целостного представления о государстве и праве как социальных, постоянно развивающихся явлениях.

При изучении основ различных отраслей права следует обращать особое внимание на освоение понятийного аппарата отдельных отраслей, а также на изучение содержания юридических норм, составляющих важнейшие институты той или иной отрасли.

С этими целями, помимо изучения лекционных материалов, необходимо использование учебных пособий по правоведению и отдельным отраслевым дисциплинам, а также текстов нормативных актов. Учитывая то

обстоятельство, что данный курс изучается студентами неюридических специальностей, основное внимание должно быть уделено изучению важнейших положений фундаментальных нормативных актов (Конституции, Кодексов, отдельных Постановлений Правительства и Указов Президента). К числу таких важнейших положений относятся: понятие и предмет отрасли, правовой статус лиц, формы и способы защиты прав.

Методические рекомендации студенту к написанию реферата и контрольной работы.

В ходе изучения дисциплины студенты пишут реферативные и контрольные работы, что является одним из видов самостоятельной работы.

При условии, что тема будет раскрыта, объем реферата или контрольной работы (для студентов-заочников) должна составлять не менее 12-15 страниц печатного текста. Время озвучивания реферата должно занимать не более 15 минут. Работа, дословно списанная с какого-либо учебного пособия или другого источника, не засчитывается и возвращается для переработки.

Реферат или контрольная работа должны содержать план с указанием страниц. План должен иметь следующие разделы:

1) Введение, в котором необходимо обосновать выбранную тему, показать ее актуальность, значимость, изученность, установить цели и задачи работы.

2) 2-3 главы (раздела), в которых раскрывается содержание выбранной темы. Непременным условием положительной оценки работы является адаптация описываемых фактов, процессов, явлений применительно к сегодняшнему дню, региону, области.

3) Заключение, содержащее выводы, соответствующие целям работы, обозначенным во введении.

В конце работы необходимо представить список используемой литературы, правильно указав выходные данные публикаций (не менее 5).

При написании текста нужно следить за логикой изложения, не допуская повторов, правильно и полно раскрывать все определенные планом вопросы. Цитаты, фактический и статистический материалы должны иметь ссылки на источники, которые можно разместить внизу страницы, в контексте, в конце главы (раздела) или в конце реферата, контрольной работы по усмотрению автора. Титульный лист работы должен быть правильно и аккуратно оформлен. Допускается выполнение реферата, контрольной работы в рукописном варианте на листах формата школьной тетради, а также отпечатанном на машинке или принтере компьютера.

Выполняя самостоятельную работу под контролем преподавателя студенту необходимо:

- освоить минимум содержания, выносимый на самостоятельную работу студентов и предложенный преподавателем в соответствии с Государственными образовательными стандартами высшего профессионального образования по данной дисциплине;

– планировать самостоятельную работу в соответствии с графиком самостоятельной работы, предложенным преподавателем;

– самостоятельную работу студент должен осуществлять в организационных формах, предусмотренных учебным планом и рабочей программой преподавателя;

– выполнять самостоятельную работу и отчитываться по ее результатам в соответствии с графиком представления результатов, видами и сроками отчетности по самостоятельной работе студентов;

Помните: чтобы выполнить весь объем самостоятельной работы, необходимо заниматься по 3 - 5 часов ежедневно. Начинать самостоятельные внеаудиторные занятия следует с первых же дней семестра, пропущенные дни будут потеряны безвозвратно, компенсировать их позднее усиленными занятиями без снижения качества работы и ее производительности невозможно. Первые дни семестра очень важны для того, чтобы включиться в работу, установить определенный порядок, равномерный ритм на весь семестр.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;
2. Выделите главное, составьте план;
3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;
4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.
5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли.

В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Ауд. 80 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов - 10; для преподавателя - 1. Мультимедийная доска - 1. Перечень технических средств обучения: рабочие станции 2 шт, принтер. Комплекты раздаточных материалов и библиотечный фонд кафедры: «Математика», «Математические методы в ФКиС», «Физика», «Информационные технологии», «Информатика».
2.	Ауд. 83 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	30 посадочных мест: для студентов - 30; для преподавателя - 1. рабочие станции – 1 шт, Проектор, экран, учебная доска для мела.
3.	Ауд. 84 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	30 посадочных мест: для студентов - 18; для преподавателя - 1.
4.	Ауд.№ 88 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов -30; для преподавателя -2. Учеб.доска для мела - 2. Перечень технических средств обучения: рабочие станции - 32 шт, проектор, экран.
5.	Аудитория № Д1 учебного	Укомплектованы

	корпуса №1, пр.Гагарина 21	специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов -14; для преподавателя -1. Учеб.доска для мела - 1. Перечень технических средств обучения: рабочие станции 15 шт, принтер.
6.	Читальный зал библиотеки учебного корпуса №1, пр.Гагарина21	28 посадочных мест, рабочие станции – 10 штук, принтер, ксерокс, телевизор

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления

5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано:
Ответственный за основную профессиональную образовательную программу по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно – оздоровительный туризм» квалификация бакалавр.

К.п.н., доцент кафедры туризма
и спортивного ориентирования З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра МЕНЕДЖМЕНТА И ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНЫХ ДИСЦИПЛИН

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«13» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующая кафедрой Е.В. Алпацкая

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«14» 05 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ЭКОНОМИКА РЕКРЕАЦИИ И ТУРИЗМА

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки **49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»**

Направленность (профиль программы): Спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная
Курс - 4
Семестр - 7,8
Итоговая форма контроля - экзамен, контрольная работа (семестр 8)

Рабочую программу разработал:
доктор политических наук, доцент Никоноров Г.А.

Смоленск 2026

Оглавление

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 6
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 6
5. Содержание дисциплины 6
5.1. Количество часов по видам занятий 6
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий 8
5.2.1. Содержание лекционных занятий 8
5.2.2. Содержание практических занятий 10
6. Самостоятельная работа студентов 15
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 18
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе 18
изучения дисциплины 18
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы 19
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 19
7.2.2. Тестовые задания 20
7.2.3. Вопросы к экзамену 22
8. Перечень основной и дополнительной литературы 25
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 26
9.1. Электронные библиотечные системы 26
9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 26
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 26
11. Материально-техническое и лицензионное программное обеспечение дисциплины 28

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

тренерские;

педагогические;

рекреационно-оздоровительные;

организационно-методические;

организационно-управленческие;

научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	**Профессиональный стандарт* и код трудовой функции**	**Компетенции**
Знать		
основные методы поиска, статистической обработки необходимой для исследования информации, а также методы научного исследования	ПС 01.003: B/01.6 ПС 04.005: B/01.4 B/02.4. D/01.7 ПС 05.005: A/02.3 ПС 05.012 B/10.7 ПС 05.007: B/01.3, B/02.3, B/03.3	*УК 1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач*
Уметь		
самостоятельно приобретать, усваивать и применять экономические знания; анализировать основные экономические события в нашей стране и за ее пределами; находить и использовать информацию, необходимую для ориентации в основных текущих экономических проблемах рекреации и туризма; прогнозировать и планировать объемы реализации туруслуг		
Иметь опыт		
решения творческих и проблемных задач в области экономики рекреации и туризма		
Знать	ПС 01.003: B/01.6 ПС 04.005: B/01.4 B/02.4. D/01.7	*УК-9. Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности*
специфику экономических отношений в социально-культурной сфере; организационно-экономические основы предпринимательства в туризме		
Уметь		
организовать и обеспечить контроль качества оказываемых рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг		
Иметь опыт		
решения творческих и проблемных задач в области экономики рекреации и туризма		
Знать	ПС 01.003: B/01.6 ПС 04.005: B/01.4 B/02.4. D/01.7 ПС 05.005: A/02.3 ПС 05.012 B/10.7 ПС 05.007:	*ОПК-11 – Способен проводить исследования по определению эффективности, используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности*
суть и характеристику качества туруслуг; специфические факторы, влияющие на создание качественного турпродукта; обязательные требования к качеству туристского продукта		
Уметь		
организовать и обеспечить контроль качества оказываемых рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг		

Владеть или иметь опыт деятельности	В/01.3, В/02.3, В/03.3	
графически построить кривые спроса и предложения на рынке туруслуг; рассчитать цену тура		

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Экономика рекреации и туризма» относится к базовой части, блок обязательных дисциплин (Б1.Б), код в учебном плане **Бl.О.23.**

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе, в 7,8 семестрах по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля): экзамен + контрольная работа.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: экономика, история, социология, культурология, правоведение, психология.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		**Всего часов**	**Семестры**	
Контактная работа преподавателей с обучающимися		12	7	8
Лекции			2	2
Семинары			4	4
Практические занятия		-		
Лабораторные работы		-		
Промежуточная аттестация		экзамен		9 ч.
Самостоятельная работа		87	30	57
Общая трудоемкость	часы	108		
	ЗЕ	3		

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ				
		Лекции	Семи-нары	Практич. занятия	Лаборат. работы	Самост. работа
1	2	3	4	6	7	8
Раздел 1. Туризм как экономическая система *7 семестр*						
Тема 1. Экономика рекреации и туризма как наука. Туризм как отрасль экономики	4	2				2
Тема 2. Структура	4		2			2

туристической индустрии						
Тема 3. Место и роль туризма в мировой экономике	4					4
Раздел 2. Механизм функционирования туррынка (туриндустрии)						
Тема 1. Понятие и структура туррынка, туриндустрии	6					6
Тема 2. Механизм функционирования туррынка. Разработка тура и ценообразование в туризме	11		2			9
Тема 3. Налогообложение в туротрасли	8					8
Тема 4. Страхование и риски в туризме	6					6
Раздел 3. Экономика туристского предприятия *8 семестр*						
Тема 1. Основные организационно-правовые формы предприятий туротрасли.	4		2			2
Тема 2. Особенности формирования имиджа гостиничного предприятия. Брендинг и ребрендинг в туризме	10					10
Тема 3. Экономические аспекты функционирования турпредприятий	8	2				6
Раздел 4. Рыночное и государственное регулирование туризма						
Тема 1. Государственное регулирование туризма в России и за рубежом.	12		2			10
Тема 2. Место и роль России в мировом туризме. Основные проблемы и перспективы развития туротрасли в нашей стране и за рубежом	10					10
Контрольная работа	12					12
Экзамен	**9**					
Всего	**108**	**2**	**8**			**87**

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий

Лекция 1. Экономика рекреации и туризма как наука. Туризм как отрасль экономики

В ходе изучения данной темы студенты знакомятся с понятием, видами и функциями экономики рекреации и спортивно-оздоровительного туризма; особенностями турпродукта и туристского потребления; структурой и инфраструктурой туристской отрасли; понятием «туристский рынок», «индустрия туризма», «индустрия гостеприимства»; изучается классификация гостиниц и номерного фонда, мировых моделей турбизнеса.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний понятия, видов и функций экономики рекреации и спортивно-оздоровительного туризма; особенностей турпродукта и туристского потребления; понятий «туристский рынок», «индустрия туризма», «индустрия гостеприимства»; классификации гостиниц и номерного фонда;

умений анализировать в общих чертах основные экономические события в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма в своей стране и за ее пределами, находить и использовать информацию, необходимую для ориентирования в основных текущих проблемах экономики; анализировать и обобщать полученные знания, выделять в тексте определения, важные положения; применить ТСО, слайды, схемы в докладах, делать выводы и указывать использованные источники;

опыта практической работы использования в речи изученных понятий и терминов; публичных выступлений и обработки имеющейся и новой информации*, и формирование компетенций* УК 1,9, ОПК-11.

Лекция 2. Экономические аспекты функционирования турпредприятий.

Основными вопросами темы являются: экономические аспекты функционирования туристского предприятия, его финансовая устойчивость (сумма покрытия, средняя величина покрытия, коэффициент покрытия, точка безубыточности (порог рентабельности), пороговая выручка, запас прочности предприятия); фонды турфирмы, издержки прибыль.

Турпродукт как объект управления. Разработка турпродукта. Понятие технологии в турбизнесе.

Трудовые ресурсы и оплата труда в туризме. Показатели количественной характеристики персонала туристских предприятий. Принципы и основные элементы организации оплаты труда на туристских предприятиях. Методы рациональной организации производственного процесса в практике работы туристских предприятий.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний экономических аспектов функционирования туристского предприятия, его финансовой устойчивости (сумма покрытия, средняя величина покрытия, коэффициент покрытия, точка безубыточности (порог рентабельности), пороговая выручка, запас прочности предприятия); фондов турфирмы, издержек и прибыли;

умений количественной характеристики персонала туристских предприятий и анализировать эффективность (рентабельность) туристского предприятия;

опыта практической работы с методами научного анализа, обобщения, постановки цели, выбора путей ее достижения и оформления результатов своего исследования с использованием информационных технологий*, и формирование компетенций* УК 1,9, ОПК-11

Литература

Основная литература

1. Губина, Е. М. Основы экономики в сфере туризма [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Ю. А. Орлова, Е. М. Губина.— Волгоград: ВГАФК, 2012.— 309 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233162

2. Губина, Е. М. Основы экономики в сфере туризма [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Ю. А. Орлова, Е. М. Губина.— Волгоград: ВГАФК, 2013.— 309 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233163

Дополнительная литература

1. Зубарев, Ю. А. Энциклопедический словарь терминов по менеджменту, маркетингу, экономике, предпринимательству. В 2 т. Т. I [Электронный ресурс]: учеб.пособие / А. И. Шамардин, Ю. А. Зубарев.— Волгоград: ВГАФК, 2012.— 560 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233210

2. Зубарев, Ю. А. Энциклопедический словарь терминов по менеджменту, маркетингу, экономике, предпринимательству. В 2 т. Т. II [Электронный ресурс]: учеб.пособие / А. И. Шамардин, Ю. А. Зубарев.— Волгоград: ВГАФК, 2012.— 607 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233209

3. Бескровная, В.А. Экономико-правовое обеспечение социально-культурного сервиса [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Л.Ш. Шитова, В.А. Бескровная.— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2013.— 151 с. — ISBN 978-5-350-00283-6.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/279198

5.2.2. Содержание практических занятий

Семинар 1. Структура туристской индустрии

Вопросы

1. Структура и основные цели экономики туристского рынка
2. Характеристика предложения товаров и услуг на туристском рынке
3. Методы определения и структура валового туристского продукта
4. Конкуренция на туристском рынке
5. Координация взаимодействия различных участников туристского рынка

Темы для докладов и сообщений

1. Сущность и особенности туристского рынка.
2. Характеристика основных участников туристского рынка.
3. Факторы, влияющие на развитее туристского рынка.
4. Характеристика инфраструктуры туристского рынка.
5. Прямое и косвенное экономическое воздействие туризма.
6. Смысл системы вспомогательных счетов туризма (ВСТ).
7. Характеристика функциональных особенностей TSA.
8. Мультипликативный эффект и его проявление в туризме.
9. Показатели и методика оценки мультипликативного эффекта туристской деятельности.
10. Характеристика основных видов туристского мультипликатора, используемых в современной международной практике.
11. Условия обеспечения экономической эффективности в туризме.
12. Понятие конкурентоспособности стран в сфере туризма.
13. Структура индекса конкурентоспособности TTCI.
14. Характеристика конкурентоспособности России в сфере туризма.

Актуальные материалы для подготовки

– Владимир Путин провёл в Ялте заседание президиума Государственного совета, посвящённое развитию туризма в Российской Федерации. 17 августа 2015 года. URL: http: //www.kremlin.ru/events /president/news/50138 (дата обращения: 07.09.2015)

– О проблемах внутреннего туризма в России: по итогам прошедшего совещания в Сочи по вопросам развития внутреннего туризма в России под руководством Председателя Правительства Российской Федерации Д.А. Медведева. 5 января 2016 г. // http: //www.trn-news.ru/press/34343/?utm_medium=email.

– Выступление и ответы на вопросы руководителя Федерального агентства по туризму Олега Петровича Сафонова на заседании Госдумы

20.01.2016//http://www.russiatourism.ru/data/File/2015/Стенограмма%20274%20заседание.pdf

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний понятия, видов и экономических функций индустрии туризма; составными частями индустрии туризма или его основными сегментами;

умений анализировать в общих чертах основные экономические события в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма в своей стране и за ее пределами, находить и использовать информацию, необходимую для ориентирования в основных текущих проблемах экономики; анализировать и обобщать полученные знания, выделять в тексте определения, важные положения; применить ТСО, слайды, схемы в докладах, делать выводы и указывать использованные источники;

опыта практической работы использования в речи изученных понятий и терминов; публичных выступлений и обработки имеющейся и новой информации*, и формирование компетенций* УК 1,9 ОПК-11

Литература

Основная литература

1. Губина, Е. М. Основы экономики в сфере туризма [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Ю. А. Орлова, Е. М. Губина.— Волгоград: ВГАФК, 2012.— 309 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233162

2. Губина, Е. М. Основы экономики в сфере туризма [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Ю. А. Орлова, Е. М. Губина.— Волгоград: ВГАФК, 2013.— 309 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233163

Дополнительная литература

1. Зубарев, Ю. А. Энциклопедический словарь терминов по менеджменту, маркетингу, экономике, предпринимательству. В 2 т. Т. I [Электронный ресурс]: учеб.пособие / А. И. Шамардин, Ю. А. Зубарев.— Волгоград: ВГАФК, 2012.— 560 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233210

2. Зубарев, Ю. А. Энциклопедический словарь терминов по менеджменту, маркетингу, экономике, предпринимательству. В 2 т. Т. II [Электронный ресурс]: учеб.пособие / А. И. Шамардин, Ю. А. Зубарев.— Волгоград: ВГАФК, 2012.— 607 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233209

3. Бескровная, В.А. Экономико-правовое обеспечение социально-культурного сервиса [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Л.Ш. Шитова, В.А. Бескровная.— Великие Луки: Великолукская государственная академия

физической культуры и спорта, 2013.— 151 с. — ISBN 978-5-350-00283-6.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/279198

Семинар 2. Механизм функционирования туррынка. Разработка тура и ценообразование в туризме

Вопросы

1. Спрос на продукцию туриндустрии.
2. Понятие спроса. Методы прогнозирование спроса на продукцию туриндустрии.
3. Олигополистическое ценообразование; олигополистическая взаимосвязь и координация, ценовая дискриминация. Неценовая конкуренция.
4. Применение экономико-математического моделирования при прогнозировании спроса на продукцию туриндустрии.
5. Туристский рынок. Сущность, содержание и функции туристского рынка. Структура рынка. Сегментация туристского рынка. Участники туристского рынка. Закономерности функционирования туристского рынка. Туроператорская и турагентская деятельность.
6. Роль туроператора и турагента на туристском рынке. Туроператоры. Турагенты.

Темы докладов и сообщений

1. Позитивные и негативные стороны выездного туризма с точки зрения экономики стран.
2. Опыт индустриально развитых стран.
3. Государственное регулирование выездных туристких потоков, их роль и значение.
4. «Эгоистическая» модель выездного туризма.
5. Основные функции и задачи туроператора.
6. Профессиональные требования к туроператору, необходимые личные качества, навыки и умения.
7. Особенности профессиональной деятельности туроператора выездного туризма. Профиль работы туроператора.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний структуры и отличительных свойствах туристского рынка; особенностях предпринимательской деятельности в сфере туризма; факторах, влияющих на спрос/предложение турпродукта;

умений применять полученные знания для научно обоснованной оценки современных явлений в турбизнесе; анализировать туристский рынок;

опыта практической работы использования методов научного анализа, обобщения, постановки цели, выбора путей ее достижения и оформления результатов своего исследования с использованием информационных технологий*, и формирование компетенций* УК 1,9 ОПК-11

Семинар 3. Основные организационно-правовые формы предприятий туротрасли.

Вопросы

1. Основные организационно-правовые формы предприятий туротрасли, их характеристика.
2. Экономические аспекты функционирования туристского предприятия, его финансовая устойчивость (сумма покрытия, средняя величина покрытия, коэффициент покрытия, точка безубыточности (порог рентабельности), пороговая выручка, запас прочности предприятия).
3. Фонды турфирмы, издержки, прибыль.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний об основных понятиях макроэкономики, методах макроэкономического анализа, глобальных экономических проблемах современности и путях их решения;

умений применять полученные знания для научно обоснованной оценки базисных явлений в развитии общества и их влияние на сферу физической культуры и спорта, раскрывать содержание социально-экономической политики государства, систему его мер по обеспечению роста производства, социальной защищенности граждан;

опыта практической работы с методами научного анализа, обобщения, постановки цели, выбора путей ее достижения и оформления результатов своего исследования с использованием информационных технологий*, и формирование компетенций* УК 1,9 ОПК-11

Семинар 4. Государственное регулирование туризма в России и за рубежом.

Вопросы

1. Законодательная база экономического развития туристского рынка.
2. Государственные аспекты регулирования качества оказываемых рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг в РФ.
3. Степень участия государства в функционировании различных национальных рынков туруслуг.
4. Основные направления развития туризма с 19 века и до сегодняшнего дня.
5. Проблемы и перспективы развития туротрасли в нашей стране и за рубежом.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний об основных понятиях госрегулирования туриндустрии в России и за рубежом, методах макроэкономического анализа туррынка, глобальных экономических проблемах функционирования рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг и путях их решения, основах страхования жизни, здоровья и рисков туристов;

умений применять полученные знания для научно обоснованной оценки базисных явлений в развитии турбизнеса и их влияние на национальную экономику стран мира, раскрывать содержание социально-экономической политики государства применительно для сферы рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг, систему его мер по обеспечению роста внутреннего туризма России, социальной защищенности туристов;

опыта практической работы с методами научного анализа, обобщения, постановки цели, выбора путей ее достижения и оформления результатов своего исследования с использованием информационных технологий, *и формирование компетенций* УК 1,9, ОПК-11

Рекомендуемая литература для подготовки к семинарским занятиям

Основная литература

Губина, Е. М. Основы экономики в сфере туризма [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Ю. А. Орлова, Е. М. Губина.— Волгоград: ВГАФК, 2013.— 309 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233163

Гуляев, В.Г. Туризм: экономика, управление, устойчивое развитие [Электронный ресурс]: учебник / И.А. Селиванов, В.Г. Гуляев.— М.: Советский спорт, 2008.— 141 с. — (Профессиональное туристское образование).— ISBN 978-5-9718-0282-2.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271105

Быстров, С.А. Экономика туристской индустрии: учебник / Быстров С.А., Морозова М.А. — Москва: КноРус, 2018. — 282 с. — (для бакалавров). — ISBN 978-5-406-06338-5. — URL: https://book.ru/book/927907 (дата обращения: 27.05.2018). — Текст: электронный.

Гладилин, В.А. Предпринимательство в туризме: учебное пособие / Гладилин В.А. — Москва: Русайнс, 2018. — 111 с. — ISBN 978-5-4365-2781-9. — URL: https://book.ru/book/930464 (дата обращения: 27.05.2018). — Текст: электронный.

Дополнительная литература

1. Зубарев, Ю. А. Энциклопедический словарь терминов по менеджменту, маркетингу, экономике, предпринимательству. В 2 т. Т. I [Электронный ресурс]: учеб.пособие / А. И. Шамардин, Ю. А. Зубарев.— Волгоград: ВГАФК, 2012.— 560 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233210

2. Зубарев, Ю. А. Энциклопедический словарь терминов по менеджменту, маркетингу, экономике, предпринимательству. В 2 т. Т. II [Электронный ресурс]: учеб.пособие / А. И. Шамардин, Ю. А. Зубарев.— Волгоград: ВГАФК, 2012.— 607 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233209

3. Бескровная, В.А. Экономико-правовое обеспечение социально-культурного сервиса [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Л.Ш. Шитова, В.А. Бескровная.— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2013.— 151 с. — ISBN 978-5-350-00283-6.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/279198

6. Самостоятельная работа студентов

В ходе самостоятельной работы студенты изучают рекомендованную литературу, выполняют предусмотренные программой курса задания. Данный раздел содержит контрольные вопросы, с помощью которых студентами осуществляется самоконтроль на этапе подготовки к семинарским занятиям по соответствующим темам.

Проверка полноты и качества выполнения заданий, выполняемых в рамках самостоятельной работы, осуществляется преподавателем в ходе практических занятий, собеседований, индивидуальных и групповых консультаций, коллоквиумов.

При изучении раздела студент самостоятельно готовиться по следующим темам и выполняет творческие самостоятельные задания:

№ п/п	Содержание работы Темы занятий	Количество часов	Виды контроля
1	Крупнейшие мировые туроператоры.	6	Выполнение расчетно-аналитической работы; проверка практического задания
2	Туризм и социальные проблемы общества.	10	проверка конспекта первоисточников и другой учебной литературы. Конспектирование перво и другой учебной литера
3	Международные туристские объединения и организации.	10	самостоятельная работа с практикумом; представление докладов и сообщений

4	Российские и региональные туристские объединения.	16	представление докладов и сообщений; контрольный тест; анализ статистических данных
5	Природно-климатические условия и рекреационные возможности Смоленской области.	14	представление докладов и сообщений
6	Провести сравнительно-сопоставительный анализ въездного и выездного потока (на примере РФ) за период …	15	Практическая контрольная работа (ПКР); Проект
7	Проанализировать материалы, касающиеся защиты прав и интересов туристов, безопасности их путешествий	16	Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты Проект
8	ИТОГО	87	

В процессе освоения материала по данной дисциплине студенты должны выполнять следующие задания:

- систематически посещать учебные занятия;
- готовиться к текущим лекционным, семинарским занятиям и контрольным работам;
- изучать учебный материал, вынесенный на самостоятельную работу (анализ литературных и мультимедийных источников);
- готовить рефераты по вышеперечисленным темам и практические работы по составлению документов планирования.

Список основной и дополнительной литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно:

Основная литература

1. Губина, Е. М. Основы экономики в сфере туризма [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Ю. А. Орлова, Е. М. Губина.— Волгоград: ВГАФК, 2012.— 309 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233162

2. Губина, Е. М. Основы экономики в сфере туризма [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Ю. А. Орлова, Е. М. Губина.— Волгоград: ВГАФК, 2013.— 309 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233163

Дополнительная литература

1. Зубарев, Ю. А. Энциклопедический словарь терминов по менеджменту, маркетингу, экономике, предпринимательству. В 2 т. Т. I [Электронный ресурс]: учеб.пособие / А. И. Шамардин, Ю. А. Зубарев.—

Волгоград: ВГАФК, 2012.— 560 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233210

2. Зубарев, Ю. А. Энциклопедический словарь терминов по менеджменту, маркетингу, экономике, предпринимательству. В 2 т. Т. II [Электронный ресурс]: учеб.пособие / А. И. Шамардин, Ю. А. Зубарев.— Волгоград: ВГАФК, 2012.— 607 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233209

3. Бескровная, В.А. Экономико-правовое обеспечение социально-культурного сервиса [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Л.Ш. Шитова, В.А. Бескровная.— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2013.— 151 с. — ISBN 978-5-350-00283-6.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/279198

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК 1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	ПС 01.003: B/01.6 ПС 04.005: B/01.4 B/02.4. D/01.7 ПС 05.005: A/02.3 ПС 05.012 B/10.7 ПС 05.007: B/01.3, B/02.3, B/03.3	Знает *(пороговый уровень)*: - средства и методы физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности; Умеет *(продвинутый уровень)*: - проводить исследования по определению эффективности, используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности Имеет опыт *(высокий уровень)*: - Определять перспективные направления деятельности экскурсионной организации; - выявлять приоритетные направления развития туризма в Российской Федерации
УК-9. Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности	ПС 01.003: B/01.6 ПС 04.005: B/01.4 B/02.4. D/01.7	Знает (*пороговый уровень)*: специфику экономических отношений в социально-культурной сфере; организационно-экономические основы предпринимательства в туризме Умеет *(продвинутый уровень)*:организовать и обеспечить контроль качества оказываемых рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг Имеет опыт *(высокий уровень)*: решения творческих и проблемных задач в области экономики рекреации и туризма
ОПК-11 – Способен проводить исследования по определению эффективности, используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности	ПС 01.003: B/01.6 ПС 04.005: B/01.4 B/02.4. D/01.7 ПС 05.005: A/02.3 ПС 05.012 B/10.7 ПС 05.007: B/01.3,	Знает *(пороговый уровень)*: - теорию и методику разработки и расчета стоимости экскурсий Умеет *(продвинутый уровень)*: - Анализировать состояние экскурсионного рынка на современном этапе - Определять потребности экскурсантов в экскурсионных услугах - Рассчитывать стоимость экскурсионных маршрутов Имеет опыт *(высокий уровень)*: - Выбирать правильные направления

	B/02.3, B/03.3	продвижения экскурсионных программ потребителя

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

• ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• ***Продвинутый*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• ***Высокий*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

В соответствии с макетом федерального государственного образовательного стандарта оценка качества подготовки студентов должна включать:

A. Текущую аттестацию.

B. Промежуточную аттестацию.

C. Итоговую государственную аттестацию.

Текущая аттестация (представляет собой проверку усвоения учебного материала, регулярно осуществляемую на протяжении семестра.

Текущий контроль знаний студентов может представлять собой:

- устный опрос (групповой или индивидуальный);
- проверку выполнения письменных домашних заданий;
- проведение контрольных работ;
- тестирование (письменное или компьютерное);
- проведение коллоквиумов (в письменной или устной форме);
- контроль самостоятельной работы студентов (в письменной или устной форме).

Возможны и другие виды текущего контроля знаний, которые определяются ведущими преподавателями по согласованию с кафедрами.

Промежуточная аттестация, как правило, осуществляется в конце семестра и может завершать изучение как отдельной дисциплина, так и ее раздела (разделов). Основными формами промежуточной аттестации являются зачет и экзамен.

Целью итоговой государственной аттестации является установление уровня подготовки выпускника высшего учебного заведения к выполнению профессиональных задач и соответствия его подготовки требованиям государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования.

Для контроля и проверки успешности прохождения курса используются различные формы:

- Тесты (текущие, рубежные, контрольные и итоговые)
- Опрос устный
- Письменные ответы на вопросы
- Решение типовых ситуаций
- Эссе
- Собеседование (индивидуальное, групповое)
- Коллоквиум
- Практические контрольные задания и т.д.

7.2.2. Тестовые задания

Примерные тесты

Вариант 1.

1. Закон спроса характеризует:

а) прямую зависимость величины спроса от уровня цен

б) обратную зависимость величины спроса от уровня цен

в) прямую зависимость цены от величины спроса

г) обратную зависимость цены от величины спроса

2. Эластичный спрос означает:

а) минимальное изменение цены при максимальном изменении величины спроса

б) максимальное изменение цены при минимальном изменении величины спроса

в) максимальное изменение величины спроса при минимальном изменении цены

г) минимальное изменение величины спроса при максимальном изменении цены

3. В каком случае происходит изменение в спросе:

а) доходы потребителей возрастают, и в результате увеличивается сбыт ювелирных изделий

б) парикмахер повышает цену за стрижку, и число клиентов сокращается

в) цена на «Тойоту» увеличивается, и следствием этого оказывается увеличение продаж «Шевроле»

г) продажа калькуляторов возросла из-за снижения цен на них

4. В каком случае происходит изменение величины спроса:

а) цена на мясо падает, поскольку многие люди становятся вегетарианцами

б) увеличение платы за обучение в Гарварде привело к увеличению числа обучающихся в Принстоне

в) цена на копченую колбасу резко поднялась, и колбаса стала недоступной многим людям

г) кампания «За здоровый образ жизни» увеличила число покупаемых велосипедов

5. Медикаменты относятся к товарам:

а) эластичного спроса

б) неэластичного спроса

в) единичной эластичности

г) абсолютно неэластичного спроса

6. Спрос на следующие продукты неэластичен:

а) соль

б) автомобиль

в) сигареты

г) учебник по экономической теории

7. Сдвиг влево кривой предложения произошел вследствие:

а) ухода части продавцов с рынка

б) снижение цены на один из факторов производства

в) роста доходов покупателя

г) увеличение численности населения

8. Если цена на говядину растет:

а) то спрос на свинину падает

б) предложение говядины растет

в) спрос на птицу растет

г) предложение полуфабрикатов растет

Практические задания

Задание 1. Используя статистические материалы UNWTO, проанализируйте изменения показателей прямого и косвенного вклада туризма в экономику стран «большой двадцатки» за последние 5 лет. Дайте краткий анализ динамики показателей вклада туризма в экономику.

Задание 2. Используя данные Всемирного экономического форума (ВЭФ), проанализируйте изменение рейтингов и индексов

конкурентоспособности секторов путешествий и туризма по странам с 2009 по 2015 год.

Задание 3. Используя данные Всемирного экономического форума (ВЭФ), проанализируйте изменение рейтинга и индекса конкурентоспособности секторов путешествий и туризма России с 2009 по 2013 год. Каковы причины ухудшения рейтинга в 2013 году?

Задание 4. Охарактеризуйте воздействие туризма на национальную экономику.

Заполните таблицу по образцу:

Международное сокращение	**Альтернативное или русское обозначение**	**Расшифровка**
BB	Завтрак	Размещение и завтрак
HB		
FB		
All incl		
Sgl		
dep		
TRPL		
SULT		
Extra bed		
INF		
CHL CHD		
ADT		
SV		
Sity Tour		
Budget hotel		
Double up		
Front desk		
Out of order		
Party ticket		
Pick up the tab		
Rest house		
Skipper		
Tourist class		

7.2.3. Вопросы к экзамену

1. Туризм как социально-экономический комплекс. Понятие «туризм». Место и роль туриндустрии в мировой экономике и экономике России.

2. Туристская индустрия: понятие, основные субъекты туристской отрасли, туристский экспорт - импорт, турпродукт.

3. Структура туристической индустрии, характеристика её составных частей.

4. Туристические ресурсы, их классификация.

5. Экономические основы туроператорской и турагентской деятельности.

6. Классификация предприятий, производящих продукты и услуги для туристов.

7. Технология разработки тура (основные этапы, калькуляция, инструменты продвижения турпродукта).

8. Качество турпродукта: понятие, факторы на него влияющие, обязательные требования к качеству, условия создания качественного сервиса).

9. Классификация гостиниц по форме собственности (независимые, гостиничные цепи, ассоциации независимых гостиниц), их разновидности.

10. Типы гостиниц (отелей) (отель, отель-люкс, отель-курорт, частная гостиница, отель-апартамент, мотель, хостел и т.д.), их характеристика.

11. Звездная и буквенная классификация гостиниц.

12. Основные модели гостеприимства, их особенности и отличительные черты.

13. Инфраструктура туристической отрасли.

14. Отличительные свойства, факторы и особенности формирования цен на услуги туризма.

15. Франчайзинг в туризме.

16. Брендинг и ребрендинг в туротрасли.

17. Ценообразование в туристской отрасли (отличительные свойства, элементы цены, формула цены турпакета). Рекомендуемые правила расчета оплаты за проживание.

18. Дифференциальное ценообразование. Манипулирование ценами. Система натурального вознаграждения клиентов в индустрии гостеприимства.

19. Европейская классификация номеров в гостиницах (отелях) в зависимости от количества мест, комнат, в зависимости от назначения и т.д.

20. Понятие рентабельности турпредприятия. Условия и пути повышения рентабельности турпредприятий.

21. Современные туристско-рекреационные комплексы (кластеры) в РФ, их реализация и финансирование.

22. Формы и направления в международном туризме: мировой и международный туризм, въездной и выездной туризм, внутренний туризм).

Наиболее популярные и экономически эффективные виды туризма на современном этапе.

23. Особенности налогообложения в туризме.

24. Экономические кризисы (мировые, региональные и национальные) и их влияние на развитие туризма.

25. Страхование и риски в туризме.

26. Социально-экономические проблемы, тенденции и перспективы развития туризма в России.

Критерии оценки знаний студентов на экзамене

«Отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением студента подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Студент должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь студента должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе студента как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«Удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Студент испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«Неудовлетворительно» - студент не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература

Губина, Е. М. Основы экономики в сфере туризма [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Ю. А. Орлова, Е. М. Губина.— Волгоград: ВГАФК, 2013.— 309 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233163

Гуляев, В.Г. Туризм: экономика, управление, устойчивое развитие [Электронный ресурс]: учебник / И.А. Селиванов, В.Г. Гуляев.— М.: Советский спорт, 2008.— 141 с. — (Профессиональное туристское образование).— ISBN 978-5-9718-0282-2.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271105

Быстров, С.А. Экономика туристской индустрии: учебник / Быстров С.А., Морозова М.А. — Москва: КноРус, 2018. — 282 с. — (для бакалавров). — ISBN 978-5-406-06338-5. — URL: https://book.ru/book/927907 (дата обращения: 27.05.2018). — Текст: электронный.

Гладилин, В.А. Предпринимательство в туризме: учебное пособие / Гладилин В.А. — Москва: Русайнс, 2018. — 111 с. — ISBN 978-5-4365-2781-9. — URL: https://book.ru/book/930464 (дата обращения: 27.05.2018). — Текст: электронный.

Дополнительная литература

Ефременкова, И.А. Экономика [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / И.А. Ефременкова.— Смоленск: СГАФКСТ, 2016.— 184 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/706488

Боровских, С.В. Экономика [Электронный ресурс]: учебное пособие / С.В. Боровских.— Иркутск: ООО «Мегапринт», 2016.— 137 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/586505

Ламзин, Ю.И. Экономическая теория. Краткий курс [Электронный ресурс]: учебное пособие для бакалавров / Ю.И. Ламзин, Ю.И. Ламзин.— М.: МГИИТ, 2016.— 31 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/366968

Кутепова, Г.Н. Организация производства на предприятии туризма [Электронный ресурс]: учебное пособие для обучающихся по направлению подготовки 43.03.02 Туризм / Г. Н. Кутепова, В.Н. Николашин, Г.Н. Кутепова.— М.: МГИИТ, 2016.— 196 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/366967

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

Электронно-библиотечная система «Руконт» [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://lib.rucont.ru/

Электронно-библиотечная система «BOOK.ru» [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.book.ru/

9.1. Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система «Национальный цифровой ресурс «Руконт»
2. Электронная библиотека научных публикаций – eLIBRARY.RU (http://elibrary.ru)

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

– Международный веб-сайт для изучающих экономическую теорию [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: http://www.econ100.com/usa/mac5e/index.html

– Онлайн-учебник экономики Роджера МакКейна (Roger A. McCain) [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]].- Режим доступа: http://william-king.www.drexel.edu/top/prin/txt/Ecotoc.html -

– Проект Института "Экономическая Школа" [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: http://economicus.ru - Economicus.Ru -

– Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Выполняя самостоятельную работу под контролем преподавателя студенту необходимо:

– освоить минимум содержания, выносимый на самостоятельную работу студентов и предложенный преподавателем в соответствии с Государственными образовательными стандартами высшего профессионального образования по данной дисциплине;

– планировать самостоятельную работу в соответствии с графиком самостоятельной работы, предложенным преподавателем;

– самостоятельную работу студент должен осуществлять в организационных формах, предусмотренных учебным планом и рабочей программой преподавателя;

– выполнять самостоятельную работу и отчитываться по ее результатам в соответствии с графиком представления результатов, видами и сроками отчетности по самостоятельной работе студентов.

Помните: чтобы выполнить весь объем самостоятельной работы, необходимо заниматься по 3 - 5 часов ежедневно. Начинать самостоятельные внеаудиторные занятия следует с первых же дней семестра, пропущенные дни будут потеряны безвозвратно, компенсировать их позднее усиленными занятиями без снижения качества работы и ее производительности невозможно. Первые дни семестра очень важны для того, чтобы включиться в работу, установить определенный порядок, равномерный ритм на весь семестр.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;
2. Выделите главное, составьте план;
3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;
4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.
5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли.

В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля.

Рекомендации для подготовки к экзамену:

• Лучше сразу сориентироваться во всем материале и обязательно расположить весь материал согласно экзаменационным вопросам (или вопросам, обсуждаемым на семинарах), эта работа может занять много

времени, но все остальное – это уже технические детали (главное – это ориентировка в материале!).

• Сама подготовка связана не только с «запоминанием». Подготовка также предполагает и переосмысление материала, и даже рассмотрение альтернативных идей.

• Готовить «шпаргалки» полезно, но пользоваться ими рискованно. Главный смысл подготовки «шпаргалок» – это систематизация и оптимизация знаний по данному предмету. Если студент самостоятельно подготовил такие «шпаргалки», то, скорее всего, он и экзамены сдавать будет более уверенно, так как у него уже сформирована общая ориентировка в сложном материале.

• Сначала студент должен продемонстрировать, что он «усвоил» все, что требуется по программе обучения (или по программе данного преподавателя), и лишь после этого он вправе высказать иные, желательно аргументированные точки зрения.

11. Материально-техническое и лицензионное программное обеспечение дисциплины

Лицензионное программное обеспечение

№	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Ауд. 80 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов - 10; для преподавателя - 1. Мультимедийная доска - 1. Перечень технических средств обучения: рабочие станции 2 шт, принтер. Комплекты раздаточных материалов и библиотечный фонд кафедры: «Математика», «Математические методы в ФКиС», «Физика», «Информационные технологии», «Информатика».

2.	Ауд. 83 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	30 посадочных мест: для студентов - 30; для преподавателя - 1. рабочие станции – 1 шт, Проектор, экран, учебная доска для мела.
3.	Ауд. 84 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	30 посадочных мест: для студентов - 18; для преподавателя - 1.
4.	Ауд.№ 88 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов -30; для преподавателя -2. Учеб.доска для мела - 2. Перечень технических средств обучения: рабочие станции - 32 шт, проектор, экран.
5.	Аудитория № Д1 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов -14; для преподавателя -1. Учеб.доска для мела - 1. Перечень технических средств обучения: рабочие станции 15 шт, принтер.
6.	Читальный зал библиотеки учебного корпуса №1, пр.Гагарина21	28 посадочных мест, рабочие станции – 10 штук, принтер, ксерокс, телевизор

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект

			приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано:
Ответственный за основную профессиональную образовательную программу по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно – оздоровительный туризм» квалификация бакалавр.

К.п.н., доцент кафедры туризма
и спортивного ориентирования З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«5» 06 20 26 г.
протокол № 10/26
Заведующий кафедрой
К.Н. Ефременков

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и молодежной политике
«05» 06 26 г.

Рабочая программа по дисциплине

Социальная профилактика девиантного поведения в молодежной среде

Основной профессиональной образовательной программы
направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): Спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс – 2
Семестр – 3-4
Итоговая форма контроля – зачет

Рабочую программу разработала:
Терехова А.А., преподаватель

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта..3
2. Результаты обучения по дисциплине.....4
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы (ОПОП).....6
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 6
5. Содержание дисциплины 7
5.1. Количество часов по видам занятий 7
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 8
5.2.1. Содержание лекционных занятий.....8
5.2.2. Содержание практических занятий 9
6. Самостоятельная работа студентов.....10
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 12
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе 12
изучения дисциплины.....12
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы 15
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля.....15
7.2.2. Тестовые задания.....15
7.2.3. Вопросы к зачету 16
7.2.4. Кейс-задания 16
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимый для освоения дисциплины.....18
9 . Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....20
10. Материально-техническое обеспечение дисциплины 20
11. Лицензионное программное обеспечение.....22

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования 3++ по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 943. Редакция с изменениями N 1456 от 26.11.2020 г.

Область профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01Образование и наука (в сфере начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования, в сфере научных исследований);

04Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации (п. 1.11.).

Профессиональные стандарты (ПС):

- 01.001 - "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)";
- 05.003 - "Тренер";
- 05.005 - "Инструктор-методист";

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники могут готовиться к решению задач профессиональной деятельности следующих типов (п. 1.12):

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

В результате освоения программы бакалавриата у выпускника должны быть сформированы компетенции:

-УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.

-УК-5. Способен воспринимать межкультурное многообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контексте

-ПК-3. Организация и планирование работы с молодыми людьми в молодежных сообществах по месту жительства, учебы, работы, отдыха, временного пребывания молодежи.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины «Социальная профилактика девиантного поведения в молодежной среде» направлено на приобретение студентами знаний, умений и опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций:

Результаты обучения по дисциплине	**Код и наименование Компетенции выпускника**
Знать: основные формы девиантного поведения в современном обществе, их природу и социально-психологические особенности проявления в молодежной среде; основные концепции и теоретические подходы, базовые понятия в исследованиях молодежных проблем в области девиаций; современную ситуацию в области распространения ПАВ и иных девиантных зависимостей среди молодежи; современное состояние проблем молодежи в области здоровья; ***Уметь:*** анализировать информацию о состоянии и динамике девиантных проявлений в молодежной среде; выстраивать социальные коммуникации, а также использовать	**УК-3** **(Наименование категории компетенции** **- командная работа и лидерство)** Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде

полученные теоретические и практические знания для организации социального партнерства в сфере социальной профилактики девиантного поведения в молодежной среде; проявлять профессиональные и личностные компетенции, связанные с различными подходами в организации и проведении профилактики девиантных зависимостей среди подростков и молодежи; ***Иметь опыт:*** креативного мышления, формирования собственных моделей поведения с учетом ситуативных факторов; организации и проведения профилактики девиантных зависимостей среди подростков и молодежи	
Знать: основные компоненты культуры: ценности, нормы, обычаи; функции культуры; теорию социокультурной динамики, особенности межкультурной коммуникации; особенности развития девиантологии в разных странах; ***Уметь:*** выявлять внутренние и внешние факторы, определяющие возникновение и распространение отклоняющегося поведения подростков и молодежи как в России, так и за рубежом; толерантно воспринимать социальную действительность с опорой на научные факты; ***Иметь опыт:*** анализа характеристик различных молодежных сред;	**УК-5** **(Наименование категории компетенции - межкультурное взаимодействие)** Способен воспринимать межкультурное многообразие общества в социальноисторическом, этическом и философском контексте
Знать: направления, принципы и способы организации профилактической работы с молодежью, методы профилактикопросветительской работы; направления и принципы в области формирования здорового образа жизни молодежи;	**ПК-3** Организация и планирование работы с молодыми людьми в молодежных сообществах по месту жительства, учебы, работы, отдыха, временного пребывания молодежи

Уметь: пользоваться разработанными технологиями в области профилактики девиантного поведения и формирования здорового образа жизни; выявлять проблемы в молодёжной среде и вырабатывать их организационные решения в области девиантных зависимостей; организовывать и планировать работу с молодыми людьми в области формирования здорового образа жизни молодежи; организовать информационное обеспечение молодежи в сфере социальной профилактики девиантного поведения; ***Иметь опыт:*** владения методами и технологиями социальной профилактики девиантного поведения молодежи	

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы (ОПОП)

Дисциплина «Социальная профилактика девиантного поведения в молодежной среде» является дисциплиной по выбору и относится к вариативной части дисциплин основной профессиональной образовательной программы (Б1.О.21), изучается по заочной форме обучения на 2 курсе в 3-4 семестре. Итоговая форма контроля –зачет.

Изучение дисциплины предполагает усвоение предмета, объекта, основных функций и методов социологического знания; социологической терминологии; особенностей системного и структурного анализа общества и других социальных контекстов; основных парадигм развития общества и проблем современного этапа глобального мира; основных концепций структуры личности, факторов формирования социального здоровья, гражданской, патриотической позиции и толерантности.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания по курсам: философия, история.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

В соответствии с учебным планом дисциплина «Социальная профилактика девиантного поведения в молодежной среде» изучается на 2 курсе в 3-4 семестре. Имеет трудоемкость равную 2 зачетным единицам (72 часа).

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей с обучающимися		8
Лекции		4
Семинары		4
Зачет		4
Самостоятельная работа		60
Общая трудоемкость	**Часы**	72
	ЗЕ	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ				
1	2	3	4	5	6	7
		Лекции	Семинары	Практич занятия	Лаборат. работы	Самост. работа
Тема 1. **Девиантное поведение как социальный феномен**	**10**	2	2			10
Тема 2. **Социальная профилактика табакокурения в молодежной среде**	**10**	2	2			10
Тема 3. **Социальная профилактика пьянства в молодежной среде**	**12**					10
Тема 4. **Социальная профилактика наркотизации в молодежной среде**	**12**					10
Тема 5. **Социальная профилактика суицида в молодежной среде**	**12**					10

Тема 6. **Социальная профилактика Интернет-аддикции в молодежной среде**	**12**					10
Промежуточная аттестация (диф. зачет)						
Всего	72	4	4			60

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий

Рассмотрение тем лекционного курса направлено на развитие у обучающихся целостного представления о месте и роли социологического подхода к анализу сущности социальных процессов, в том числе, характерных для молодежной среды на современном этапе развития общества.

Изучение лекционного материала ориентировано на формирование универсальных (УК-3, УК-5) и профессиональных (ПК-3) компетенций.

Тема 1. Девиантное поведение как социальный феномен (2 часа).

План лекции

1. Понятие и природа девиантного поведения.
2. Социальные нормы: функции, типология.
3. Функции и дисфункции девиации.
4. Формы девиантного поведения.
5. Специфика девиантного поведения российской молодежи.

Тема 2. Социальная профилактика табакокурения в молодежной среде

План лекции

1. Табакокурение как социальная и медицинская проблема
2. Правовые аспекты курения табака в России
3. Проблема табакокурения среди российской молодежи
4. Профилактика табакокурения в молодежной среде

Тема 3. Социальная профилактика пьянства в молодежной среде

План лекции

1. Социальные и медицинские аспекты пьянства и алкоголизма.
2. Специфика распространения пьянства среди российской молодежи.
3. Причины и последствия употребления алкоголя молодежью.
4. Профилактика пьянства в молодежной среде.

5.2.2. Содержание практических занятий

Изучение материала на семинарских занятиях предполагает закрепление теоретических знаний, полученных на лекциях. Кроме того, семинарские занятия позволяют дополнить эти знания новыми и приобрести практический опыт по применению методов социологического исследования для решения научно-исследовательских и практических задач, касающихся проблематики молодежного пространства в современном обществе.

Изучение материала семинарских занятий ориентировано на формирование универсальных (УК-3, УК-5) и профессиональных (ПК-3) компетенций.

Тема 4. Социальная профилактика наркотизации в молодежной среде

План семинарского занятия

1. Понятия наркотизация, наркомания, токсикомания.
2. Структура наиболее распространенных наркотических веществ.
3. Факторы приобщения к наркотикам в молодежной среде.
4. Профилактика употребления наркотических средств молодежью.

Тема 5. Социальная профилактика суицида в молодежной среде

План семинарского занятия

1. Понятие суицида. Суицидальные идеи и попытки.
2. Мотивы и признаки суицидального поведения.
3. Специфика молодежного суицида.
4. Социальная профилактика суицидального поведения.

Тема 6. Социальная профилактика Интернет-аддикции в молодежной среде

План семинарского занятия

1. Понятие Интернет-аддикция.
2. Виды Интернет-аддикции.
3. Геймерство как особый вид Интернет-зависимости.
4. Семья и школа как основные институты социального контроля над Интернет-зависимостью.

6. Самостоятельная работа студентов

Самостоятельная работа студентов является одной из важнейших форм изучения дисциплины. Она позволяет систематизировать и углубить теоретические знания, закрепить умения и навыки при выполнении практических заданий. Познавательная деятельность в процессе самостоятельной работы требует от студентов высокого уровня активности, что способствует оптимизации самоорганизации.

Самостоятельная работа включает в себя выполнение разнообразных дополнительных заданий по темам курса (написание конспектов по темам занятий; подготовку и написание сообщений, докладов, эссе, презентаций; выступлений на занятиях; изучение первоисточников; составление схем, таблиц и пр.).

№ п/п	Содержание работы Темы занятий	Количество часов	Виды контроля
Тема 1. Девиантное поведение как социальный феномен			
1	Вопросы и задания для самостоятельной работы 1. Биологические подходы к объяснению причин девиантного поведения 2. Психологические подходы к объяснению причин девиантного поведения 3. Социологические подходы к объяснению причин девиантного поведения	10	Разбор заданий, выполненных студентами. Опрос
Тема 2 Социальная профилактика табакокурения в молодежной среде			

2	Выполнение группового проекта по профилактике табакокурения в молодежной среде (1проект на группу)	10	Презентация проекта. Анализ выполненного студентами задания
Тема 3 Социальная профилактика пьянства в молодежной среде			
3	Выполнение группового проекта по профилактике пьянства в молодежной среде (2 проекта на группу)	10	Презентация проекта. Анализ выполненного студентами задания
Тема 4 Социальная профилактика наркотизации в молодежной среде			
4	Выполнение группового проекта по профилактике наркотизации в молодежной среде (4 проекта на группу)	10	Презентация проекта. Анализ выполненного студентами задания
Тема 5 Социальная профилактика суицида в молодежной среде			
5	Выполнение группового проекта по профилактике суицидов в молодежной среде (работа в паре)	10	Презентация проекта. Анализ выполненного студентами задания
Тема 6 Социальная профилактика Интернет-аддикции в молодежной среде			
6	Выполнение группового проекта по профилактике Интернет-аддикции в молодежной среде (индивидуальные проекты)	10	Презентация проекта. Анализ выполненного студентами задания
	Всего:	60	

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

1. Аминов С. Р. Методология и методы социологических исследований [Электронный ресурс] / С. Р. Аминов, С. С. Богдан, М. В. Думинская .— Сургут: РИО СурГПУ, 2013 .— 49 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/313528

2. Ёлгина Л.С. Зарубежный опыт социальной работы : курс лекций [Электронный ресурс] / Л.С. Ёлгина.— Улан-Удэ : Бурятский

государственный университет, 2013 .— 129 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271471

3. Михайлов А.А. Социология безопасности [Электронный ресурс]: учебно-методические материалы для практических занятий / А.А. Михайлов, Г.Д. Хубулов, В. Гворыс .— Шуя : ФГБОУ ВПО "ШГПУ", 2011 .— 66 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/175342

4. Назаров Ю.Н. Социология [Электронный ресурс] / Ю.Н. Назаров .— Шуя : Издательство Шуйского филиала ИвГУ, 2013 .— 166 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/295988

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Показатели	Критерии оценивания	Средства оценивания
УК-3 *Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде*		
Пороговый уровень	Знает: основные формы девиантного поведения в современном обществе, их природу и социально-психологические особенности проявления в молодежной среде; основные концепции и теоретические подходы, базовые понятия в исследованиях молодежных проблем в области девиаций; современную ситуацию в области распространения ПАВ и иных девиантных зависимостей среди молодежи; современное состояние проблем молодежи в области здоровья.	Устный, письменный опросы, составление конспекта

Стандартный уровень	Умеет: анализировать информацию о состоянии и динамике девиантных проявлений в молодежной среде; выстраивать социальные коммуникации, а также использовать полученные теоретические и практические знания для организации социального партнерства в сфере социальной профилактики девиантного поведения в молодежной среде; проявлять профессиональные и личностные компетенции, связанные с различными подходами в организации и проведении профилактики девиантных зависимостей среди подростков и молодежи.	Опрос, участие в дискуссии, доклад
Эталонный уровень	Владеет: навыками креативного мышления, формирования собственных моделей поведения с учетом ситуативных факторов; навыками организации и проведения профилактики девиантных зависимостей среди подростков и молодежи.	Доклад, эссе, составление наглядносхематическо го материала, деловые игры, презентация Кейс-задания

УК-5 *Способен воспринимать межкультурное многообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контексте*		
Пороговый уровень	Знает: основные компоненты культуры: ценности, нормы, обычаи; функции культуры; теорию социокультурной динамики, особенности межкультурной коммуникации; особенности развития девиантологии в разных странах.	Устный, письменный опросы, составление конспекта

Стандартный уровень	Умеет: выявлять внутренние и внешние факторы, определяющие возникновение и распространение отклоняющегося поведения подростков и молодежи как в России, так и за рубежом; толерантно воспринимать социальную действительность с опорой на научные факты.	Опрос, участие в дискуссии, доклад
Эталонный уровень	Владеет: опытом анализа характеристик различных молодежных сред.	Доклад, эссе, составление наглядносхематического материала, презентация Кейс-задания
ПК-3 *Организация и планирование работы с молодыми людьми в молодежных сообществах по месту жительства, учебы, работы, отдыха, временного пребывания молодежи*		
Пороговый уровень	Знает: направления, принципы и способы организации профилактической работы с молодежью, методы профилактикопросветительской работы; направления и принципы в области формирования здорового образа жизни молодежи.	Устный, письменный опросы, составление конспекта
Стандартный уровень	Умеет: пользоваться разработанными технологиями в области профилактики девиантного поведения и формирования здорового образа жизни; выявлять проблемы в молодёжной среде и вырабатывать их организационные решения в области девиантных зависимостей; организовывать и планировать работу с молодыми людьми в области формирования здорового образа жизни молодежи; организовать информационное обеспечение молодежи в	Опрос, участие в дискуссии, доклад

	сфере социальной профилактики девиантного поведения.	
Эталонный уровень	Владеет: методами и технологиями социальной профилактики девиантного поведения молодежи.	Доклад, эссе, составление наглядносхематического материала, презентация Кейс-задания

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Формы текущего контроля:

- устный и письменный опросы;
- составление конспектов;
- подготовка наглядно-графического материала;
- выступления с сообщениями и докладами по выбранной тематике;
- участие в дискуссиях на практических занятиях.

Формы промежуточного контроля:

- выполнение тестовых заданий;
- составление презентации, публичная демонстрация материала; - выполнение кейс-заданий;
- участие в дискуссиях.

Формы итогового контроля:

- выполнение различных видов работ по всем тематическим разделам дисциплины (с учетом аудиторной и самостоятельной работы), ***Завершающая форма итогового контроля – диф. зачет.***

7.2.2. Тестовые задания

В силу практической направленности дисциплины «Социальная профилактика девиантного поведения в молодежной среде» тестовые задания не предусмотрены.

7.2.3. Вопросы к зачету

1. Понятие и природа девиантного поведения.
2. Социальные нормы: функции, типология.
3. Функции и дисфункции девиации.
4. Формы девиантного поведения.
5. Специфика девиантного поведения российской молодежи.
6. Табакокурение как социальная и медицинская проблема
7. Правовые аспекты курения табака в России
8. Проблема табакокурения среди российской молодежи
9. Профилактика табакокурения в молодежной среде
10. Социальные и медицинские аспекты пьянства и алкоголизма.
11. Специфика распространения пьянства среди российской молодежи.
12. Причины и последствия употребления алкоголя молодежью.
13. Профилактика пьянства в молодежной среде.
14. Наркотизация, наркомания, токсикомания: содержание понятий.
15. Наркотизация молодежи в России.
16. Первичная и вторичная профилактика наркотизации в детской и молодежной среде.
17. Проблемы социальной реабилитации наркозависимой молодежи
18. Суицид и суицидальное поведение: медицинские и социальные аспекты.
19. Суицидальные сообщества и субкультуры.
20. Специфика молодежного суицида.
21. Социальная профилактика молодежного суицида.
22. Роль сети Интернет в социальных коммуникациях молодежи.
23. Формирование Интернет-аддикции. Виды Интернет-аддикции.
24. Социальная профилактика Интернет-аддикции среди молодежи

7.2.4. Кейс-задания

Кейс-задания являются актуальным средством активизации учебной деятельности студентов. Различные методы, применяемые в процессе обучения, корректно включаются в содержание кейса.

Организация работы с кейсом

1. Подготовительный этап: появление опыта принятия решений, действий в новой ситуации.

Основная задача - создание оптимальной подборки материала для кейса:

1) подготавливается дополнительный и вспомогательный материал для кейса;
2) разрабатываются варианты решения проблемных ситуаций;
3) происходит подготовка студентов к новой форме работы.

2. Этап погружения в совместную деятельность

Основная задача: формирование мотивации к совместной деятельности, проявление инициатив участников.

1) раздается текст студентам;
2) определяется основная проблема, лежащая в основе кейса.

3. Этап организации совместной деятельности

Основная задача: организация деятельности по решению проблемы, деятельность может быть организована в малых группах или индивидуально.

1) студенты распределяются по группам и в отведенное время, отвечают на вопросы;
2) студенты составляют индивидуальные ответы в единой позиции для презентации;
3) выбирается спикер, который будет презентовать решение; 4) оценивается содержательная сторона решения, техника презентации;
5) преподаватель организует и направляет общую дискуссию.

4. Этап анализа и рефлексии совместной деятельности

Основная задача: проявить образовательные и учебные результаты работы с кейсом.

1) анализируется эффективность организации занятия;
2) ставятся задачи для дальнейшей работы;
3) преподаватель завершает дискуссию, анализирует работу групп, подводит итоги.

Примерный перечень кейс-заданий по дисциплине «Социальная профилактика девиантного поведения в молодежной среде»

Кейс 1. Ситуативная задача: анализ случая девиантного поведения с определением стратегии психолого-социального вмешательства:

1. Девушка 17 лет в течение двух лет занимается проституцией.
2. Девушка 19 лет дважды за последние полгода совершала попытку самоубийства.
3. Молодой человек 22 лет в течение года не работает, злоупотребляет спиртным.

Кейс 2. Ситуативная задача: анализ случая девиантного поведения с определением стратегии психолого-социального вмешательства:

1. Мужчина 28 лет. С 22-х лет периодически принимает наркотические препараты (с его слов «все перепробовал»), последние 2 года принимает героин. Дезадаптирован (не работает, утрачены прежние социальные связи), имеются изменения личности.
2. Группа подростков «вымогает» деньги у младших школьников.
3. Девушка 22 лет, первоначально с подругой, а затем одна грабила женщин, отнимая у них шапки и золотые украшения.

Кейс № 3. Ситуативная задача: анализ случая девиантного поведения с определением стратегии психолого-социального вмешательства:

1. Группа подростков-десятиклассников уличена в употреблении наркотиков и спиртного.
2. Супружеская пара обратилась по поводу склонности мужа к азартным играм (проигрывает крупные суммы денег в казино).
3. Мужчина 29 лет систематически издевается над женой и детьми (оскорбляет, угрожает расправой).

8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимый для освоения дисциплины

1. Аминов С. Р. Методология и методы социологических исследований [Электронный ресурс] / С. Р. Аминов, С. С. Богдан, М. В. Думинская .— Сургут : РИО СурГПУ, 2013 .— 49 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/313528
2. Ёлгина Л.С. Зарубежный опыт социальной работы : курс лекций [Электронный ресурс] / Л.С. Ёлгина.— Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2013 .— 129 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271471
3. Михайлов А.А. Социология безопасности [Электронный ресурс] : учебно-методические материалы для практических занятий / А.А. Михайлов, Г.Д. Хубулов, В. Гворыс .— Шуя : ФГБОУ ВПО "ШГПУ", 2011 .— 66 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/175342
4. Назаров Ю.Н. Социология [Электронный ресурс] / Ю.Н. Назаров.— Шуя: Издательство Шуйского филиала ИвГУ, 2013 .— 166 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/295988

Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Институт социологии Российской академии наук [Электронный ресурс]: официальный портал. – Режим доступа: http://www.isras.ru/ (Дата обращения 27.08.16)
2. О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции и об ограничении потребления (распития) алкогольной продукции [Электронный ресурс]: федеральный закон от 22 ноября 1995 г. № 171-ФЗ // КонсультантПлюс: справочная правовая система, официальный сайт. – Режим доступа – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8368/ (Дата обращения 26.08.16)
3. О наркотических средствах и психотропных веществах [Электронный ресурс]: федеральный закон от 08 января 1998 г. № 3-ФЗ // КонсультантПлюс: справочная правовая система, официальный сайт. – Режим доступа – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_17437/ (Дата обращения 26.08.16)
4. Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака [Электронный ресурс]: федеральный закон от 23 февраля 2013 г. № 15-ФЗ // КонсультантПлюс: справочная правовая система, официальный сайт. – Режим доступа – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_142515/ (Дата обращения 26.08.16)
5. Организация работы с молодежью. Электронный научный журнал [Электронный ресурс]: официальный сайт. – Режим доступа: http://ovv.esrae.ru / (Дата обращения 27.08.16)
6. Психологические исследования. [Электронный ресурс]: электронное периодическое издание; Официальный сайт. – Режим доступа: http://psystudy.ru/ (Дата обращения 27.08.16)
7. Социологические исследования. Ежемесячный научный и общественнополитический журнал Российской Академии наук [Электронный ресурс]: официальный сайт. – Режим доступа: http://socis.isras.ru/ (Дата обращения
28.08.16)
1. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс].Режим доступа: https://lib.rucont.ru/search

2. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE»: [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://liblioclub.ru

9 . Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Семинарские занятия	Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом
Реферат	Реферат: Поиск литературы и составление библиографии, использование от 5 до 10 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Самостоятельная работа	Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа. Изучение нового материала до его изложения на занятиях. Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников. Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа. Подготовка к текущему контролю, к промежуточной аттестации
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
	Аудитория № 419 - помещение для занятий лекционного	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами	Интерактивная панель EDFLAT EDF-86UH2.V2 со встроенным модулем

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
	типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов - 60; для преподавателя - 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Перечень технических средств обучения: ноутбук ASUS M51Ta ZM80/4gb/320 gb/dvd-sm, проектор Optoma EX762 progector (стационарный), доска Inteactivy 1280 с антибликовым покрытием;	OPSi5-10300H/DDR4-8GB/SSD-256GB в комплекте с программным обеспечением (ПО). Антивирусное программное обеспечение № лицензии 23041709220 65924300631, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition. 250499 Node 1 year Educational Renewal License;
	Аудитория № 410 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов - 42; для преподавателя - 1. Учебная доска для мела настенная магнитная трёхэлементная300*100см.	-//-
	Аудитория № 411 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов - 36; для преподавателя - 1. Учебная доска для мела настенная магнитная трёхэлементная 300*130 см.	Мультимедийный проектор

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
	Аудитория № 412 - помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов - 60; для преподавателя - 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см.	Интерактивная панель EDFLAT EDF-86UH2.V2 со встроенным модулем OPSi5-10300H/DDR4-8GB/SSD-256GB в комплекте с программным обеспечением (ПО).

11. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian	26.06.2023	Антивирусное ПО

	Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License		
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано:
ответственный за ОПОП Васильева З.В.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ПЕРВАЯ ДОВРАЧЕБНАЯ ПОМОЩЬ В ТУРИЗМЕ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: заочная

Курс 5
Семестр 9
Итоговая форма контроля – зачёт

Рабочую программу разработал:
Брайцева В.А., к.п.н., доцент

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объём дисциплины и виды учебной работы 5
5. Содержание дисциплины 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 6
5.2.1 Содержание лекционных занятий 6
5.2.2 Содержание практических занятий 6
6. Самостоятельная работа студентов 7
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 9
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 9
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 10
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 10
7.2.2 Вопросы к зачёту 13
7.2.3 Практические задания 13
7.2.4 Тестовые задания 14
7.2.5 Ситуационные задачи 16
8. Перечень основной и дополнительной литературы 18
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 20
9.1 Электронные библиотечные системы 20
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 20
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 21
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 25
12. Лицензионное программное обеспечение 26

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г..

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции,

отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-6 – способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

ПК-6 – способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание

	Соотнесённые профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания		
Основ профилактики травматизма	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»; 05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»; 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;	ОПК-6
Основных способов оказания доврачебной помощи при проведении физкультурно-спортивного мероприятия с элементами спортивно-оздоровительного туризма	05.005 «Инструктор-методист»; 05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»; 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;	ОПК-6
Умения		
Оказывать первую помощь	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в	ОПК-6

	области физической культуры и спорта»	
Вести разъяснительную работу по профилактике травматизма и соблюдении безопасности на спортивных объектах при проведении физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	ОПК-6, ПК-6
Навыки и /или опыт деятельности		
Владения навыками оказания доврачебной помощи	05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»; 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	ОПК-6
Использования общеукрепляющих и оздоровительных мероприятий по поддержанию здоровья	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	ПК-6

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к Блоку 1 базовой части образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается 1 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации зачет на 2 семестре. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: анатомия и морфология человека, базовые виды физической культуры, дисциплины специализации.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Всего часов	Семестр
Контактная работа преподавателя со студентами	10	9
Лекции	2	
Практические занятия	8	
Лабораторные работы	0	
Аттестация – зачёт	4	
Самостоятельная работа	58	
Общая трудоёмкость часы	72	
Зачетные единицы	2	

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

5. Содержание дисциплины

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа
1.	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	12	-	2	10
3.	Первая доврачебная помощь в различных ситуациях	20	-	2	18
4.	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Десмургия.	14	2	2	10
5.	Доврачебная помощь в транспорте	22	-	2	20
	Итоговая аттестация	зачет			
	Всего часов	72	2	8	58

5.2.1 Содержание лекционных занятий

1. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Десмургия (2 часа)

Осмотр. Выявление травмы и алгоритм оказания помощи. Остановка кровотечения. Понятие десмургия. Особенности наложения повязок. Виды повязок.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по технике наложения повязок.

Изучение тему направлено на формирование общепрофессиональной компетенции ОПК-6, профессиональной компетенции ПК-6.

5.2.2 Содержание практических занятий

Занятие 1 (2 часа). Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними. Применение средств личной гигиены на тренировках и в походах.

Изучение темы направлено на приобретение знаний санитарно-гигиенических основ деятельности в сфере туризма, профилактику травматизма.

Изучение темы направлено на приобретение умений подбирать составы личного и группового снаряжения в зависимости от ситуации.

Изучение тему направлено на формирование общепрофессиональной компетенции ОПК-6, профессиональной компетенции ПК-6.

Занятие 2 (2 часа). Характеристика и оказание помощи при потертостях и мозолях, фурункулах, занозах, солнечном и тепловом ударах, ожогах, поражениях молнией. Характеристика и оказание помощи при судорогах, при желудочно-кишечных заболеваниях, отравлениях, при утоплении, укусах змей, укусах и ужалениях насекомых.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по оказанию помощи в различных ситуациях.

Изучение темы направлено на приобретение умений по технологии оказания доврачебной помощи.

Изучение тему направлено на формирование общепрофессиональной компетенции ОПК-6, профессиональной компетенции ПК-6.

Занятие 3 (2 часа). Повязка «чепец»; монокулярная, бинокулярная повязки; повязка на одно и два уха; пращевидные повязки: на нос, нижнюю челюсть.

Иммобилизация конечности, повязка на 1 и 2 пальца, сходящаяся и расходящаяся повязки, «восьмерка».

Изучение темы направлено на приобретение знаний вопросов оказания первой медицинской помощи при проведении занятий, походов, в экстремальных ситуациях.

Изучение темы направлено на приобретение умений накладывать повязки в зависимости от условной травмы.

Изучение темы направлено на приобретение опыта наложения повязок в условиях условной травмы.

Изучение тему направлено на формирование общепрофессиональной компетенции ОПК-6, профессиональной компетенции ПК-6.

Занятие 4 (2 часа). Доврачебная помощь в водных видах транспорта, автомобильных видах транспорта, железнодорожных видах транспорта.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по оказанию помощи на транспорте, вопросов оказания первой медицинской помощи при проведении занятий, походов, в экстремальных ситуациях.

Изучение тему направлено на формирование общепрофессиональной компетенции ОПК-6, профессиональной компетенции ПК-6.

6. Самостоятельная работа студентов

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Гигиенические требования к спортсменам туристам-походникам в зимних видах туризма	10	Доклад	9 семестр

Действия туристов в экстремальных ситуациях.	18	Реферат	9 семестр
Типичные заболевания в спортивном туризме и их предупреждение	10	Презентация	9 семестр
Доврачебная помощь при утоплении, поражении электрическим током, при отравлении ядами и пищевыми продуктами.	10	Устный ответ	9 семестр
Доврачебная помощь при ДТП, алгоритм оказания доврачебной помощи при ДТП.	10	Конспект	9 семестр
Итого	58		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;
4. Работа с материалами УМК.

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат. В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ОПК-6 – способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь; ПК-6 способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание	*05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* B/01.4 – выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке; B/02.4 – Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной медицине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях; D/01.5 – Планирование и реализация мероприятий по физическому воспитанию населения; F/01.6 – Подготовка занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма *05.003 «Тренер»:* B/05.6 – Проведение тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин); B/06.6 – Координация соревновательной деятельности занимающихся *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; A/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; A/07.6 – Проведение профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом *01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»:* A/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы	Знает (пороговый уровень): – основные признаки заболеваний и способы их предотвращения; – методики использования общеукрепляющих и оздоровительных мероприятий по поддержанию здоровья; Умеет (стандартный уровень): – организовывать и оказывать страховку при прохождении практических заданий; – оказывать доврачебную помощь в туристском походе; – проводить беседы по профилактике спортивного травматизма; Владеет опытом (эталонный уровень): – профилактики травматизма в спортивно-оздоровительном туризме; – оказания первой доврачебной помощи в туристской деятельности; – использования общеукрепляющих и оздоровительных мероприятий в профилактике травматизма

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Промежуточная аттестация: зачет – 2 семестр.

Критерии оценивания компетенций (результатов)

Оценивается по 4-хбалльной шкале. В критерии оценки компетенций по экзамену входят:

1.уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;

2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;

3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;

4. ответы на дополнительные вопросы.

При проектировании ожидаемых результатов следует предусмотреть различные *уровни оценки ожидаемых результатов:*

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Примерный перечень оценочных средств в соответствии с иерархией целей по Блуму

№	Уровень сложности	Глаголы для формулировки заданий	Оценочные средства
1.	Знание	Цитировать, перечислить, дать определение, изобразить, идентифицировать, составить список, назвать, указать, записать, повторить, выбрать, сформулировать, свести в таблицу, рассказать, воспроизвести, упорядочить, соотнести, отметить	Тест Опрос устный Письменные ответы на вопросы Собеседование (индивидуальное, групповое) Коллоквиум Портфолио-коллектор (накопительное)

2.	Понимание	Определить, выделить, объяснить, находить различия, характеризовать, обсуждать, рассматривать в деталях, сделать сообщение, интерпретировать, сделать обзор, связать, уточнить, построить, преобразовать, расшифровать, выразить, переформулировать, рецензировать, привести примеры, описать	Тест Решение типовых ситуаций Эссе Портфолио оценочный
3	Применение	Применять, рассчитать, классифицировать, демонстрировать, доказать, инсценировать, модифицировать, исследовать, изменить, иллюстрировать, интерпретировать, разработать, упорядочивать выполнять, использовать, обнаруживать, устанавливать, завершить, составить (отчет, план, график и т.п.), решать (задачу, проблему), раскрыть	Наблюдение Кейс-задания Игра ролевая Компетентсностно-ориентированные задания(КОЗ) Практические контрольные задания (ПКЗ) Портфолио достижений Тренажер Расчетно-графическая работа Метод Дельфи («мозговой атаки»)
4	Анализ	Анализировать, оценивать, сравнить, распределять по категориям(категорировать), полемизировать, оспаривать, вывести, подразделить, изобразить схематически, различать, (проводить различие), находить различия, исследовать, изучать, применять, осуществлять эксперимент, идентифицировать, собрать сведения, резюмировать, выделять, отсеять, отсортировать, измерить, разделить	Кейс-задание Игра организационно-мыслительная Реферат Портфолио Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты Проект
5	Синтез	Систематизировать, собирать (монтировать), осуществить компиляцию, производить сборку, сочинять (писать), конструировать (придумывать), создавать, производить, разрабатывать модель, алгоритмизировать, управлять, организовать, спланировать, подготовить, предлагать, изобретать, обобщать, компоновать, строить, интегрировать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Профессионально-исследовательские задания (ПИЗ) Портфолио Проект
6	Оценка	осуществлять оценку, убедить, выбрать, сравнивать и находить отличия, критиковать, определять (устанавливать, принимать решение), определять стоимость, составлять мнение, градировать (разбивать на этапы), сделать вывод, соизмерять (соотносить), осуществлять	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Портфолио Проект

		ранжирование, рекомендовать (предлагать), проверять (исправлять, видоизменять), обосновать, составить мнение, прогнозировать, защищать	

Описание шкалы оценивания

Отметка «отлично» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные, заданные экзаменатором;

- студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями;

- при ответе на вопросы используются данные из дополнительной литературы;

- ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения;

- студент демонстрирует умение вести научную дискуссию.

Отметка «хорошо» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определённые затруднения в ответе на уточняющие вопросы;

– в ответе имеют место несущественные фактические неточности;

- недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов билета;

– в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

– знания имеют фрагментарный характер, имеются определённые неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;

– при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки;

– студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

– не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;

– допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;

– студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;

– в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;

– на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или даёт неверные ответы.

Задания в рамках индикаторов достижения компетенций оцениваются в процессе текущего контроля и являются обязательными в соответствии с

утверждёнными в образовательной организации порядком промежуточной аттестации (как допуск к зачёту).

7.2.2 Вопросы к зачёту для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Первая доврачебная помощь в туризме»:

1. Гигиена туриста – походника.
2. Роль закаливания в туристской практике.
3. Влияние вредных привычек на организм туриста.
4. Походный травматизм
5. Типичные заболевания в походе.
6. Первая доврачебная помощь при тепловом и солнечном ударах.
7. Первая доврачебная помощь при ожогах.
8. Первая доврачебная помощь при утоплении.
9. Первая доврачебная помощь при обморожении.
10. Первая доврачебная помощь при поражении электрическим током.
11. Первая доврачебная помощь при ушибах, растяжениях, вывихах.
12. Первая доврачебная помощь при переломах костей, повреждениях черепа.
13. Первая доврачебная помощь при повреждении глаз, уха, носа.
14. Первая доврачебная помощь пострадавшим с острыми психическими нарушениями.
15. Первая доврачебная помощь при дорожно-транспортных происшествиях.
16. Первая доврачебная помощь при ранах.
17. Первая доврачебная помощь при отравлении ядами и пищевыми продуктами.
18. Особенности транспортировки пострадавшего.
19. Использование лекарственных растений в туристской практике.
20. Состав походной туристской аптечки.

7.2.3 Практические задания к зачёту для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Первая доврачебная помощь в туризме»:

1. Наложение жгута.
2. Наложение повязки «Чепец»
3. Наложение монокулярной повязки
4. Наложение бинокулярной повязки
5. Наложение повязки на 1 ухо
6. Наложение повязки на 2 уха.
7. Наложение пращевидной повязки на нос.
8. Наложение пращевидной повязки на нижнюю челюсть.
9. Наложение повязки на пальцы кисти.

10. Наложение сходящейся повязки
11. Наложение расходящейся повязки.
12. Наложение повязки «восьмерка».
13. Иммобилизация конечности шиной из подручных средств.
14. Транспортировка пострадавшего на носилках.
15. Транспортировка пострадавшего без носилок.

7.2.4 Тестовые задания

для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Первая доврачебная помощь в туризме»

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, который является правильным ответом

1. Что такое гипоксия?
   а – кислородное голодание;
   б– обезвоживание организма;
   в – перегрев организма;
   г– охлаждение организма.
2. Кровотечение это-
   а – дыхательная функция;
   б– повышенное артериальное давление;
   в – истечение кровью из кровеносных сосудов при нарушении целости их стенки;
   г– перелом кости.
3. Внезапно возникающая потеря сознания – это:
   а – шок;
   б – обморок;
   в – мигрень;
   г – коллапс.
4. В полевых условиях при ранении голени с сильным пульсирующим кровотечением возможно
   а – наложить тугую повязку из чистой ткани и ваты;
   б– перетянуть бедренную артерию;
   в – наложить тугую стерильную повязку;
   г– перетянуть подколенную артерию косынкой.
5. Какую информацию необходимо указать в записке, прикрепляемой к жгуту:
   а – фамилию, имя, отчество пострадавшего, время получения ранения;
   б– дату и точное время (часы и минуты) наложения жгута;
   в – дату, точное время (часы и минуты) наложения жгута, а также фамилию, имя, отчество пострадавшего, фамилию, имя отечество наложившего жгут;
   г– никакую информацию оставлять не нужно.
6. Как правильно обработать рану:
   а – продезинфицировать рану спиртом и туго завязать;
   б– смочить йодом марлю и наложить на рану;

в – обработать рану перекисью водорода;
г– посыпать солью.

7. При обморожении участок кожи необходимо:
а – растереть снегом;
б– разогреть и дать тёплое питье.
в– растереть варежкой.
г – растереть шерстяной тканью смоченной полуспиртовым раствором.

8. Какова последовательность оказания первой помощи при укусах клещей:
а – вымыть руки с мылом, на место, где присосался клещ, капнуть каплю масла, керосина или вазелина, удалить клеща пинцетом покачиванием из стороны в сторону, место укуса обработать спиртом и йодом, отправить пострадавшего в медицинское учреждение;
б – вымыть руки с мылом, на место, где присосался клещ капнуть каплю раствора бриллиантового зелёного, удалить клеща пинцетом лёгким покачиванием из стороны в сторону, положить клеща в стеклянную тару и отправить в органы СЭС, место укуса обработать спиртом или йодом;
в– вымыть руки, на место, где присосался клещ, капнуть каплю йода, удалить клеща пинцетом лёгким покачиванием из стороны в сторону, место укуса обработать спиртом и йодом;
г– вымыть руки с мылом, на место, где присосался клещ, капнуть каплю масла, керосина или вазелина, а затем обработать спиртом и йодом, отправить пострадавшего в медицинское учреждение.

9. Перелом это–
а – разрушение мягких тканей костей;
б– трещины, сколы, переломы ороговевших частей тела;
в – трещины, сколы, раздробление костей;
г– частичное изменение цвета костей.

10. Вывих это–
а – смещение конечности при резком движении;
б– смещение костей друг относительно друга;
в – стойкое смещение суставных концов костей;
г– стойкое смещение сустава.

Ответы на вопросы для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Первая доврачебная помощь в туризме»

1. - а
2. - в
3. - б
4. - г
5. - в
6. - в
7. - б
8. - а
9. - в
10. - в

7.2.5 Ситуационные задачи для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Первая доврачебная помощь в туризме»:

ПРИМЕЧАНИЕ: Указание в конце каждой задачи «Действуйте» требует от Вас записи по каждой задаче следующих выводов и ответов:

1. Характер и тяжесть ранения (повреждения), его последствия или осложнения, непосредственно угрожающие жизни пораженного. По сути - это умение правильно поставить, своего рода, диагноз.
2. Очередность и характер первой помощи. Здесь нужно записать очередность оказания первой помощи пострадавшим в порядке убывающей опасности для собственной жизни и жизни пораженного, их последствий и возможных осложнений. Например: вначале выполнить мероприятия по ликвидации асфиксии, затем остановить наружное кровотечение и т. д.
3. Выбрать способ выноса пораженного в укрытие, определить, в каком положении (на спине, на боку и т. п.) нужно его переносить (транспортировать), и как следует его уложить (усадить) в укрытие.
4. Обозначить место укрытия пораженного (если необходимо) с учетом местности, укачанной в условии задачи (если это необходимо).
5. Найти конкретный Способ защиты пораженного от неблагоприятного воздействия метеорологических факторов, указанных в условиях задач.

Решая каждую новую задачу, держите перед глазами перечень этих пунктов, либо выпишите их на отдельном листке, чтобы ничего не пропустить.

ЗАДАЧА 1. Пораженный неподвижен, на оклик не реагирует. Видимое дыхание и пульс на лучевой артерии отсутствуют. Пульс на сонной артерии едва определяется. Правая голень оторвана на уровне верхней трети. Видимого кровотечения нет. Но одежда обильно пропитана кровью. Местность холмистая. Температура воздуха: +30° С. Действуйте!

ЗАДАЧА 2. Лицо залито кровью. Нижняя челюсть деформирована и смещена кзади. Сознание отсутствует. Вдох судорожный. Пульс частый.
Местность лесисто-болотистая. Температура воздуха: +15 ° С. Действуйте! Действуйте!

ЗАДАЧА 3. Лицо залито кровью. Сознание спутано, стонет. В левой скуловой области рваная рана3х8 см Глаз поврежден. Обильное истечение алой крови из раны. Местность горная. Температура воздуха: +12° С. Действуйте!

ЗАДАЧА 4. В сознании. Обессилен. На переднебоковой поверхности шеи справа поперечная рана2 см с фонтанирующим кровотечением.
Местность лесистая. Зима. Температура воздуха: -28° С. Действуйте!

ЗАДАЧА 5. Жалобы умеренные. Соли в области раны живота. Одежда ниже пояса порвана и пропитана кровью. В около пупочной области справа рана 3 Х 3 см с умеренным кровотечением. Степь. Температура воздуха: +15° С. Действуйте!

ЗАДАЧА 6. Пораженный положил на рану бедра асептическую повязку. Повязка и одежда обильно промокли кровью.

Горно-пустынная местность. Температура воздуха: +40° С. Действуйте!

ЗАДАЧА 7. 3 часа назад придавило бревном обе нижние конечности на уровне средней трети бедер. В сознании. Стонет от боли. Пытается самостоятельно освободиться из-под бревна. Горная местность. Температура воздуха: +20° С. Действуйте!

ЗАДАЧА 8. Упал со склона вниз головой. Заторможен. При окрике открывает глаза. Руки и ноги безжизненно свисают как «плети». Дыхание не нарушено. Пульс учащен. Температура воздуха: +14° С. Действуйте!

ЗАДАЧА 9. Жалуется на резкие боли в поясничном отделе позвоночника, где имеется рана 4х4 см с незначительным кровотечением. Активные движения в нижних конечностях отсутствуют. Рабочий поселок. Температура воздуха +14° С. Действуйте!

ЗАДАЧА 10. В правой подлопаточной области умеренно кровоточащая рана 8 Х 3 см с неровными краями. Признаков расстройств дыхания нет. Пульс несколько учащен. Действуйте!

ЗАДАЧА 11. Попал в лавину. Жалуется на сильные боли в низу живота и в области таза. Ноги слегка развернуты кнаружи (положение «лягушки»). Кожные покровы бледные, на лбу капельки пота. Пульс резко учащен, слабый.

Осень. Температура воздуха: +5° С. Действуйте!

ЗАДАЧА 12. Жалуется на боли в области правой голени, которую придерживает руками. Голень на уровне верхней трети необычно смещена под углом кнаружи. При попытке выпрямить ногу боль резко усиливается.

Рядом камыши. Температура воздуха: +18° С. Действуйте!

ЗАДАЧА 13. Получил травму области правого локтевого сустава. Движения в суставе невозможны из-за резкого усиления боли при малейшей попытке их осуществить. Горно-пустынная местность. Температура воздуха.+18° С. Действуйте!

ЗАДАЧА 14. Извлечен из вспыхнувшей палатки. Пахнет газом. Пострадавший возбужден. Одежда во многих местах прогорела, тлеет. Обнаженные кожные покровы на спине и верхних конечностях участками белесовато-серого цвета, участками гиперемированы (покрасневшие) и покрыты пузырями. Местность холмистая. Леса нет. Температура воздуха: +17° С. Действуйте!

ЗАДАЧА 15. При переходе через реку по льду провалился по пояс в полынью, из которой удалось выбраться самостоятельно. Добрался до туристической базы. В пути появились сильные боли в обеих стопах, а затем их онемение и скованность в голеностопных суставах. Промокшая одежда оледенела. Зона турбазы. Температура воздуха: -15° С. Действуйте!

ЗАДАЧА 16. Был поражен ударом молнии. Рядом ЛЭП. Сознание отсутствует. Грудная клетка неподвижна. Пульс на сонной артерии частый. Пальцы правой кисти покрыты черным струпом. Дождь. Температура воздуха: +10° С. Действуйте!

ЗАДАЧА 17. Подросток 14 лет, в походных условиях, преодолевая овраг по бревну, упал на камень большого размера правым боком.

Беспокоит боль в левой половине грудной клетки, усиливающиеся во время вдоха. При ощупывании определяется болезненность, ненормальная подвижность и признак «ступеньки» в области ребер.

Действуйте!

ЗАДАЧА 18. Несмотря на проведенный инструктаж руководителя похода, дети (12 лет) на дневке решили понырять с моста в речку. Один из мальчиков не появлялся на поверхности воды чуть больше минуты. Его быстро обнаружили под водой и вытащили на берег.

При осмотре сознание есть, дыхание есть, пульс на сосудах учащен, слабый. Беспокоят боли в шейном отделе позвоночника, усиливающиеся при движении головой. Самостоятельные движения рук и ног отсутствуют.

Действуйте!

ЗАДАЧА 19. Второй день пути в поезде (поездка в поход). У одного из ребят группы внезапно появились боли в верхней половине живота, была однократная рвота. Затем боли переместились в правую нижнюю половину живота. При надавливании на эту область появляется болезненность, при резком отдергивании руки боль усиливается. Действуйте!

ЗАДАЧА 20. Утром дежурный туристической группы съел рыбу из оставленной с вечера открытой консервной банки. Через час появились резкие боли в животе, тошнота, рвота, понос, головная боль, общая слабость.

При осмотре — кожа бледная, частый пульс, болезненность в верхней половине живота. Действуйте!

ЗАДАЧА 21. Дети использовали бензин при разжигании костра рядом с обочиной дороги. Произошло воспламенение одежды на одном из детей.

Беспокоят боли в области грудной клетки, живота, бедер, лица, шеи. Дыхание частое, поверхностное. Пульс частый, слабый. Глаза слезятся, взгляд на свет болезненный. На пораженной коже — покраснения, множественные пузыри с жидкостью темно-коричневого цвета. Площадь поражения -30 % (передняя поверхность живота, бедер, лицо, обе кисти).

Действуйте!

ЗАДАЧА 22. В жаркую солнечную погоду на дневке у одного участника резко ухудшилось самочувствие. У него появилась слабость, шум в ушах, одышка, тошнота, мелькание «мушек» перед глазами.

Действуйте!

ЗАДАЧА 23. Группа туристов летом начала поход с высоты 2 500 м. На следующий день преодолевала перевал с перепадом высот 2 000 м. У одного из участников во время преодоления перевала появились головокружение, слабость, безразличие к окружающим событиям, одышка, усиленное сердцебиение, носовое кровотечение. Действуйте!

8. Перечень основной и дополнительной литературы

1. Андруш, В. Г. Охрана труда : учебник / В. Г. Андруш, Л. Т. Ткачёва, К. Д. Яшин. – Минск : РИПО, 2019. – 337 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=599889

2. Закоркина, Н. А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие : [16+] / Н. А. Закоркина ; Омский государственный педагогический университет. – Омск : Омский государственный педагогический университет (ОмГПУ), 2019. – 146 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=616216

3. Марченко, Б. И. Медицина катастроф : учебное пособие : [16+] / Б. И. Марченко ; Южный федеральный университет. – Ростов-на-Дону ; Таганрог : Южный федеральный университет, 2021. – 103 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=691389

4. Маслова, Л. Ф. Первая помощь пострадавшим : учебное пособие по курсу «Безопасность жизнедеятельности» : [16+] / Л. Ф. Маслова ; Ставропольский государственный аграрный университет. – Ставрополь : Ставропольский государственный аграрный университет (СтГАУ), 2020. – 40 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=700853 . – Текст : электронный.

5. Николаева, Е. П. Первая помощь пострадавшим при дорожно-транспортных происшествиях : учебное пособие / Е. П. Николаева, Ю. А. Напорко. – Минск : РИПО, 2023. – 81 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=711519 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-985-895-088-0. – Текст : электронный.

6. Отвагина, Т. В. Неотложная медицинская помощь : учебное пособие / Т. В. Отвагина. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2020. – 252 с. : ил. – (Среднее медицинское образование). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=601650

7. Сираковская, Я. В., Неотложные состояния в альпинизме, скалолазании и спортивном туризме : учебно-методическое пособие / Я. В. Сираковская, О. В. Ильичева. — Москва : Русайнс, 2024. — 204 с. — ISBN 978-5-466-10710-4. — URL: https://book.ru/book/960815 . — Текст : электронный.

8. Скорикова, Л. А. Основы организации и оказания первой помощи : учебное пособие : [16+] / Л. А. Скорикова, Н. А. Филина ; Поволжский государственный технологический университет. – Йошкар-Ола : Поволжский государственный технологический университет, 2024. – 82 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=720195 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8158-2405-8. – Текст : электронный.

9. Список лекарственных растений и трав России. Энциклопедия - справочник лекарственных растений и трав. Описание лекарственных растений и трав. – Режим доступа: http://lekartrav.narod.ru/lekartrav.html.

10. Степанова, С. В. Оказание первой помощи : учебное пособие : [16+] / С. В. Степанова ; Казанский национальный исследовательский технологический университет. – Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет (КНИТУ), 2022. – 104 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=702207 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7882-3179-2. – Текст : электронный.

11. Теория и методика спортивного туризма [Электронный ресурс] : учебник / ред.: В.А. Таймазов, ред.: Ю.Н. Федотов. – М. : Советский спорт, 2014. – 424 с.: ил. – ISBN 978-5-9718-0647-9. —– Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271139

12. Широкова, Т. И., Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности : учебник / Т. И. Широкова, И. Н. Гернет, А. Б. Косолапов, М. С. Гернет. — Москва : КноРус, 2025. — 159 с. — ISBN 978-5-406-13848-9. — URL: https://book.ru/book/955960 . — Текст : электронный.

13. Щанкин, А. А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие : [16+] / А. А. Щанкин. – 2-е изд., стер. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 98 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577666

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru
4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
10. Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

● необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;

● записывать удобнее на одной стороне листа;

● записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;

● следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;

● на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.
2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.

3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.
4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.
5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.
6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:
а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;
б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;
в) владение терминологией курса;
г) временной регламент выступления *7 – 10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список использованной литературы.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат заканчивается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Мультимедийное оборудование
2. Спортивное снаряжение:
   - система страховочная;
   - веревка страховочная;
   - карабин муфтовочный;
   - карабин автоматический;
   - рюкзак туристский;
   - коврик туристский;
   - спальный мешок;
   - петли вспомогательные (разного диаметра);
   - тент;
   - столик туристский;
   - стул туристский;
   - туристская аптечка;
3. Библиотечный фонд
4. Аудиторный фонд

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для	Укомплектованы специализированной	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип

	занятий лекционного типа	мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное

			программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»,

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТУРИЗМА И СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: заочная

Курс 1-5
Семестр 1-10
Итоговая форма контроля – зачет 3 семестр, экзамен 6, 8, 10

Рабочую программу разработал:
Брайцева В.А., к.п.н, доцент кафедры

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта 4
2. Результаты обучения по дисциплине 5
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 10
4. Объём дисциплины и виды учебной работы 10
5. Содержание дисциплины 11
5.1 Количество часов по видам занятий 11
1 курс 11
2 курс 11
3 курс 11
4 курс 12
5 курс 12
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 12
1 курс 12
5.2.1 Содержание лекционных занятий 12
5.2.2 Содержание практических занятий 13
2 курс 14
5.2.1 Содержание лекционных занятий 14
5.2.2 Содержание практических занятий 15
3 курс 16
5.2.1 Содержание лекционных занятий 16
5.2.2 Содержание практических занятий 16
4 курс 17
5.2.1 Содержание лекционных занятий 17
5.2.2 Содержание практических занятий 18
5 курс 19
5.2.1 Содержание лекционных занятий 19
5.2.2 Содержание практических занятий 20
6. Самостоятельная работа студентов 21
1 курс 21
2 курс 22
3 курс 22
4 курс 23
5 курс 23
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 25
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 25
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 32
2 курс 35
7.2.2 Вопросы к зачёту 35
7.2.3 Тестовые задания 36
3 курс 38

7.2.2 Вопросы к экзамену 38
7.2.3 Тестовые задания 40
4 курс 41
7.2.2 Вопросы к экзамену 41
7.2.3 Тестовые задания 42
5 курс 44
7.2.2 Вопросы к экзамену 44
7.2.3 Тестовые задания 46
8. Перечень основной и дополнительной литературы 48
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 51
9.1 Электронные библиотечные системы 51
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 51
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 52
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 56
12. Лицензионное программное обеспечение 57

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции,

отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-6 – способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

ОПК-10 – способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников туристских и рекреационных мероприятий, в том числе с учётом различной возрастно-половой группы

ОПК-13 – способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий

ОПК-15 – способен осуществлять материально техническое сопровождение рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий

ПК-3 – способен осуществлять учебно-тренировочный процесс на различных этапах подготовки;

ПК-4 – способен осуществлять организацию судейства спортивных соревнований по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивного соревнования;

ПК-5 – способен осуществлять проведение занятий по физическому воспитанию.

	Соотнесённые профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания		
Преподаваемого предмета в пределах требований ФГОС и ООП	01.001 «Педагог»	ПК-3, ПК-5
Основ методики воспитательной работы на уроках физической культуры	01.001 «Педагог»	ПК-3, ПК-5
Педагогических закономерностей организации образовательного процесса	01.001 «Педагог»	ПК-3, ПК-5
Источников, причин, видов и способов решения конфликтов	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и	ОПК-10

	взрослых»	
Основ профилактики травматизма в туризме	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» 33.023 «Инструктор-проводник»	ОПК-6
Основ техники преодоления препятствий	05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»	ОПК-13,
Техники и приёмов вовлечения в деятельность, мотивации к освоению избранного вида деятельности	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»	ОПК-10
Методики обучения способам преодоления естественных препятствий	05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель» 33.023 «Инструктор-проводник»	ПК-3
Правил техники безопасности при проведении физкультурно-спортивного мероприятия с элементами спортивно-оздоровительного туризма, тренировочных мероприятий, занятий, правил безопасного использования спортивного оборудования, при проведении официальных спортивных соревнований	05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель» 05.007 «Спортивный судья» 33.023 «Инструктор-проводник»	ОПК-6
Правил охраны труда при проведении массовых мероприятий в организации, осуществляющей образовательную деятельность, и вне организации	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»	ОПК-6
Основных способов оказания доврачебной помощи при проведении физкультурно-спортивного мероприятия с элементами спортивно-оздоровительного туризма	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»; 05.007 «Спортивный судья»; 33.023 «Инструктор-проводник»	ОПК-6
Технологии проведения игр, сборов и иных мероприятий во временном детском коллективе	01.007 «Специалист, участвующий в организации деятельности детского коллектива (вожатый)	ОПК-10, ОПК-15
Основ спортивно-массовой работы	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»	ОПК-13

Правил использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерения	05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель» 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»; 05.009 «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования»; 33.023 «Инструктор-проводник»	ОПК-15
Правила обслуживания и ремонта спортивного оборудования и инвентаря	05.009 «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования»	ОПК-15
Основ организации деятельности спортивных кружков, секций	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»	ПК-5
Правил вида спорта	05.007 «Спортивный судья»	ОПК-13, ПК-4
Положения или регламентов по виду спорта	05.007 «Спортивный судья»	ОПК-13, ПК-4
Квалификационных требований к спортивным судьям по виду спорта	05.007 «Спортивный судья»	ОПК-13, ПК-4
Умения		
Оказывать первую помощь	05.007 «Спортивный судья» 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»; 33.023 «Инструктор-проводник»	ОПК-6
Разъяснить в доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»; 05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»; 33.023 «Инструктор-	ОПК-6

	проводник»	
Вести разъяснительную работу по профилактике травматизма и соблюдении безопасности на спортивных объектах при проведении физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»; 33.023 «Инструктор-проводник»	ОПК-6
Обладать навыками планирования занятия по физическому воспитанию, тренировочного занятия с учётом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей группы	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»; 05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»	ОПК-10
Управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность	01.001 «Педагог»; 01.007 «Специалист, участвующий в организации деятельности детского коллектива (вожатый)	ОПК-10
Организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»; 05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»; 33.023 «Инструктор-проводник»; 05.007 «Спортивный судья»;	ОПК-13
Пользоваться спортивным инвентарём	05.007 «Спортивный судья»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС т»; 05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»; 33.023 «Инструктор-проводник»	ОПК-15
Пользоваться контрольно-измерительными приборами	05.007 «Спортивный судья»; 05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»	ОПК-15
Подбирать материалы для проведения игр, организационных сборов, мероприятий и игр, направленных на формирование и развитие детского	01.007 «Специалист, участвующий в организации	ОПК-10, ОПК-15

коллектива	деятельности детского коллектива (вожатый)	
Проводить оценку состояния спортивного и технологического оборудования, спортивной техники, инвентаря, экипировки	05.009 «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования»	ОПК-15
Владеть формами и методами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий	01.001 «Педагог»	ПК-5
Использовать разнообразные формы, приёмы, методы и средства обучения	01.001 «Педагог»;	ПК-5
Навыки и /или опыт деятельности		
Владения навыками обеспечения безопасности при проведении занятия	05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»; 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»; 33.023 «Инструктор-проводник»	ОПК-6
Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»	ОПК-13
Организация и проведение рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»; 05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»; 33.023 «Инструктор-проводник»; 05.007 «Спортивный судья»;	ОПК-13
Проводить под руководством педагогического работника игр, сборов и иных мероприятий во временном детском коллективе	01.007 «Специалист, участвующий в организации деятельности детского коллектива (вожатый)	ОПК-10, ОПК-15
Проверки технического состояния спортивного инвентаря и оборудования в соответствии с регламентом, выявления оборудования и инвентаря, требующего ремонта, опыта доступного ремонта	05.009 «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и	ОПК-15

снаряжения	оборудования»	
Формирования содержания тренировочного, физкультурно-оздоровительного занятия	05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель» 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»	ПК-3
Владения техникой преодоления туристских препятствий	05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»; 33.023 «Инструктор-проводник»	ПК-3
Проведение учебных занятий по учебному предмету физическая культура, по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утверждённым программам	01.001 «Педагог»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»	ПК-5
Планирование занятие по учебной дисциплине «Физическая культура», по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утверждённым программам	01.001 «Педагог»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»	ПК-5

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к Блоку 1 базовой части образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается с 1 по 5 курсы по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации зачет на 3 семестре, экзамен на 6 и 10 семестрах. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: анатомия и морфология человека, базовые виды физической культуры, дисциплины специализации.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Всего часов	Семестр	1 курс	2 курс	3 курс	4 курс	5 курс
Контактная работа преподавателя со студентами	74	1-10	12	12	12	16	22
Лекции	20		4	4	4	4	4
Практические занятия	54		8	8	8	12	18
Лабораторные работы	0						
Аттестация – зачёт, экзамен	4; 27	3 6, 8, 10		4	9	9	9
Самостоятельная работа	579		276	56	87	83	77
Общая трудоёмкость часы	684		288	72	108	108	108
Зачетные единицы	19		8	2	3	3	3

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

1 курс

Разделы и темы	Всего	Лекции	Семинарские	Практические	Самост. работа
1. Основные понятия в СОТ. Классификация видов и форм туризма. История развития туризма в России.	144	2	4		138
2. Организационные, программно-нормативные и основы развития туризма в России**.**	144	2	4		138
Всего часов:	288	4	8	0	276

2 курс

Разделы и темы	Всего	Лекции	Семинарские	Практические	Самост. работа
1. Характеристика спортивного туризма как вида спорта, его место в ЕВСК.	34	2	6		26
2. Характеристика рекреационного туризма.	34	2	2		30
Аттестация – зачет	4				
Всего часов:	72	4	8	0	56

3 курс

Разделы и темы	Всего	Лекции	Семинарские	Практические	Самост. работа
1. Характеристика рекреационного туризма.	32		2		30
2. Содержание и особенности туристской подготовки.	67	4	6		57
Аттестация – экзамен	9				
Всего часов:	108	4	8	0	87

4 курс

Разделы и темы	Всего	Лекции	Семи-нарские	Практи-ческие	Самост. работа
1. Техника и тактика спортивного туризма. Методика обучения.	36	2	4		30
2. Особенности работы секций спортивного туризма в учреждениях дополнительного образования	2	2			
3. Организация и методика проведения тренировочных занятий и соревнований 2.1. Педагогическая практика	61			8	53
Аттестация – экзамен	9				
Всего часов:	108	4	4	8	83

5 курс

Разделы и темы	Всего	Лекции	Семи-нарские	Практи-ческие	Самост. работа
1. Врачебно-педагогические наблюдения, контроль и самоконтроль.	32	2	2		28
2. Учебно-тренировочные сборы туристов	50	2	4	4	40
3. Практическая подготовка 3.1. Общая физическая подготовка 3.2. Специальная физическая подготовка	17			4 4	9
Аттестация – экзамен	9				
Всего часов:	108	4	6	12	77

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

1 курс

5.2.1 Содержание лекционных занятий

1. Основные понятия в СОТ. Классификация видов и форм туризма. История развития туризма в России (2 часа)

Определение туризма. Функции туризма. Понятийный аппарат – ФЗ «Об основах туристской деятельности в РФ». Средства туризма. Типы туризма. Виды туризма. Формы туризма. Классификация туризма.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по истории развития спортивно-оздоровительного туризма в России и за рубежом.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональной компетенции ОПК-10.

2. Организационные, программно-нормативные и научно-методические основы развития туризма в России (2 часа)

Федеральные законы, являющиеся основными руководящими документами в сфере туризма: закон РФ «Об образовании», ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ», ФЗ «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации», Областной закон «О туристской деятельности в Смоленской области».

Изучение темы направлено на приобретение знаний по основным нормативно-правовым документам в сфере спортивно-оздоровительного туризма.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10.

5.2.2 Содержание практических занятий

Занятия 1-2 (4 часа). Определение спортивно-оздоровительного туризма. Классификация и краткая характеристика соревнования по спортивному туризму.

Анализ выступления российских спортсменов туристов на международных и российских соревнованиях за прошедший год. Сравнение развития спортивного туризма за истекший и предыдущий годы. Инновации в развитии спортивного туризма.

Путешествия древних. Паломничество. Первооткрывательство. Путешествия в современности и начала туризма. Томас Кук, основоположник туризма. Путешествие в целях достижения рекордов. Туризм в XX веке. История отечественного туризма. Организация экскурсионного и туристского движения в дореволюционной России.

Создание новых организационных основ туристско-экскурсионного движения (1917-1936 гг.) Роль добровольного общества пролетарского туризма и экскурсии (ОПТЭ). Центральное туристско-экскурсионное управление (1936-1962 гг.), советы по туризму и экскурсиям (1962-1990гг). Создание федераций туризма (1976г.). Организационные основы спортивного туризма на современном этапе.

Изучение темы направлено на приобретение знаний понятийного аппарата спортивно-оздоровительного туризма, по истории развития туризма в России.

Изучение темы направлено на приобретение умений изучать и анализировать выступлений спортсменов на соревнованиях, синтезировать информацию и выделять существенные моменты в развитии туризма.

Изучение темы направлено на приобретение опыта работы с современными источниками информации, подготовки презентаций по разделу туристские организации.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10, ОПК-13, ОПК-15, профессиональных компетенций ПК-3, ПК-4, ПК-5.

Занятия 3-4 (4 часа). Задачи федераций туризма, туристско-спортивных союзов. Порядок создания федераций и их структура. Связь федераций с комитетами по физической культуре и туризму и другими организациями. Положение и содержание работы комиссий по видам туризма и направлениям работы.

Положение о маршрутно-квалификационной комиссии, ее роль в подготовке туристских кадров, порядок создания, полномочия. Задачи территориальных туристских клубов. Организация работы, структура. Содержание работы, руководство клуба.

Основные нормативно-правовые документы в сфере туризма их роль. Характеристика деятельности федераций туризма. Работа маршрутно-квалификационной комиссии России.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по составу федераций, комиссий по туризму.

Изучение темы направлено на приобретение умений осуществлять работу комиссий по туризму.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10, ОПК-13, ОПК-15, профессиональных компетенций ПК-3, ПК-4, ПК-5.

2 курс

5.2.1 Содержание лекционных занятий

1. Характеристика спортивного туризма как вида спорта, его место в ЕВСК (2 часа)

Единая всероссийская спортивная классификация. Разрядные требования по спортивному туризму.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по присвоению спортивных званий и разрядов в спортивно-оздоровительном туризме.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10, ОПК-13, ОПК-15, профессиональных компетенций ПК-3, ПК-4, ПК-5.

2. Характеристика рекреационного туризма (2 часа)

Определение рекреационного туризма, его типы. Рекреационные ресурсы. Признаки физической рекреации. Виды, формы, факторы, задачи рекреационного туризма. Правила методики и организации занятий рекреационным туризмом. Физиологические характеристики рекреационного туризма. Варианты двигательной активности.

Изучение темы направлено на приобретение знаний классификации и характеристик рекреационного туризма.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-10, ОПК-13, профессиональной компетенции ПК-5.

5.2.2 Содержание практических занятий

Занятия 1-3 (6 часов). Классификация спортивных походов.

Правила проведения соревнований спортивных туристских походов. Кодекс спортивного туриста.

Главная социальная функция туризма как общественного явления - содействие духовному воспитанию граждан. Значение туризма для укрепления здоровья и физического развития, воспитания волевых и моральных качеств. Организация оздоровительной работы в спортивном туризме. Воспитательные и спортивные возможности походов и массовых туристско-экскурсионных мероприятий.

Роль туристских кадров в развитии массового спортивного туризма. Профессионально-прикладное значение туризма.

Положение о подготовке кадров. Правила соревнования по туристскому многоборью и др. Краткий обзор их.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по спортивным походам.

Изучение темы направлено на приобретение умений аккумулировать полученные знания в процессе подготовки к коллоквиуму.

Изучение темы направлено на приобретение опыта по выполнению кодекса путешественника.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10, ОПК-13, ОПК-15, профессиональных компетенций ПК-3, ПК-4, ПК-5.

Занятие 4 (2 часа). Вопросы к занятию:

1. Определение рекреационного туризма
2. Типы рекреационного туризма
3. Рекреационные ресурсы
4. Признаки физической рекреации
5. Виды рекреационного туризма
6. Формы рекреационного туризма
7. Факторы рекреационного туризма
8. Задачи рекреационного туризма
9. Правила методики и организации занятий рекреационным туризмом
10. Физиологические характеристики рекреационного туризма
11. Варианты двигательной активности

Изучение темы направлено на приобретение знаний по рекреационному туризму.

Изучение темы направлено на приобретение умений осуществлять рекреационную деятельность.

Изучение темы направлено на приобретение опыта осуществлять рекреационную деятельность.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10, ОПК-13, ОПК-15, профессиональной компетенции ПК-5.

3 курс

5.2.1 Содержание лекционных занятий

1. Содержание туристской подготовки (4 часа)

Основные задачи, принципы и методы туристской подготовки. Методы воспитания и обучения. Методы выполнения упражнений. Основные периоды и этапы подготовки.

Характеристика видов туристской подготовки: общетуристской, специальной, интегральной и физической.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по туристской подготовке.

Изучение темы направлено на приобретение умений определять задачи, принципы и методы туристской подготовки.

Изучение темы направлено на приобретение опыта планировать нагрузку в туристской подготовке.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10, ОПК-13, ОПК-15, профессиональных компетенций ПК-3, ПК-4, ПК-5.

5.2.2 Содержание практических занятий

Занятие 1 (2 часа). Обсуждение планов рекреационных мероприятий для лиц различного возраста при проведении занятий спортивно-оздоровительного значения

Изучение темы направлено на приобретение знаний по рекреационному туризму.

Изучение темы направлено на приобретение умений осуществлять рекреационную деятельность.

Изучение темы направлено на приобретение опыта осуществлять рекреационную деятельность.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-10, ОПК-13, профессиональной компетенции ПК-5.

Занятия 2-4 (6 часов). Роль и значение медицинского обеспечения походов и путешествий. Особенности медицинского обеспечения похода. Противопоказания к сложным походам и пребыванию на высоте. Необходимость

физкультурно-диспансерного обследования перед походом. Организация медицинского самообслуживания в группе.

Обязанности участника, ответственного за медобслуживание. Обучение всех участников группы методам диагностики травм и болезней. Личная гигиена туриста в походе. Меры профилактики травм и заболеваний в условиях похода. Гигиенические требования к одежде, обуви, снаряжению.

Правильный режим работы и отдыха в походе. Физиологические особенности организма в высокогорье: гипоксия, горная болезнь. Акклиматизация, витаминизация, пищевой фактор, фармакологические препараты. Комплектование медицинской аптечки с учётом особенностей конкретного маршрута.

Меры против переохлаждения и обморожения, их признаки. Значение своевременного оказания первой доврачебной помощи. Организация транспортировки пострадавшего на длительные расстояния.

Особенности психологической, физической и интегральной подготовки туристов.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по медицинскому обеспечению занятий спортивно-оздоровительным туризмом.

Изучение темы направлено на приобретение умений контролировать свое самочувствие в процессе занятий спортивно-оздоровительным туризмом.

Изучение темы направлено на приобретение опыта правильного режима и отдыха в походе.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10, ОПК-13, ОПК-15, профессиональных компетенций ПК-3, ПК-4, ПК-5.

4 курс

5.2.1 Содержание лекционных занятий

1. Техника и тактика спортивного туризма (2 часа)

Техника и тактика: основные понятия. Классификация техники спортивного туризма. Классификация техники преодоления естественных препятствий. Классификация техники страховки. Классификация техники бивачных работ.

Классификация техники спасательных работ. Классификация техники ориентирования на местности. Классификация техники переправ.

Составляющие тактической подготовленности.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по технике и тактике спортивного туризма.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10, ОПК-13, ОПК-15, профессиональных компетенций ПК-3, ПК-4, ПК-5.

2. Особенности работы секций спортивного туризма в учреждениях дополнительного образования (2 часа)

Задачи, организация и содержание работы по спортивному туризму в учреждениях дополнительного образования. Управление развитием спортивного туризма: спортивный клуб, тренерские и преподавательские кадры, общественный актив, федерации спортивного туризма. Оздоровительные и спортивные задачи туризма в учреждениях дополнительного образования.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по особенностям работы секций спортивного туризма в условиях учреждений дополнительного образования.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10, ОПК-13, ОПК-15, профессиональных компетенций ПК-4, ПК-5.

5.2.2 Содержание практических занятий

Занятия 1-2 (4 часа). Характеристика техники преодоления естественных препятствий. Характеристика техники страховки. Характеристика техники спасательных работ.

Характеристика техники бивачных работ. Техника ориентирования на местности. Техники переправ. Узлы, применяемые в туризме.

Основные составляющие тактической подготовленности: умение выбрать оптимальный план похода; запасные и аварийные варианты; комплектование группы; материально-техническое обеспечение похода; организация питания; распределение обязанностей в группе до похода и в период движения по тропе или несложным участкам местности; походный режим во времени; походный нагрузочный режим; путь.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по технике преодоления различный форм рельефа.

Изучение темы направлено на приобретение умений применять технические средства страховки и сопровождения при преодолении препятствий.

Изучение темы направлено на приобретение опыта сопровождения и страховки при преодолении технических этапов.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10, ОПК-13, ОПК-15, профессиональных компетенций ПК-3, ПК-4, ПК-5.

Занятия 3-6 (8 часов). Педагогическая практика

Педагогическая практика

- Овладение терминологией и строевыми командами, техникой выполнения отдельных общеразвивающих, обще-подготовительных, специально-подготовительных упражнений;

- Овладение умениями и навыками в объяснении и показе отдельных упражнений в подготовительной части урока;
- Овладение профессионально-педагогическими умениями и навыками в организации и руководстве группой;
- Овладение умениями навыками в проведении 8-10 упражнений в ходе занятия;
- Овладение умениями в проведении различных игр с элементами туризма;
- Овладение профессионально-педагогическими умениями и навыками в выборе и подготовке мест занятий.

Провести подготовительную часть урока с применением элементов спортивно-оздоровительного туризма на учебной группе.

Изучение темы направлено на приобретение знаний, умений и опыта по основам проведения практических занятий и подготовки документации.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10, ОПК-13, ОПК-15, профессиональных компетенций ПК-3, ПК-4, ПК-5.

5 курс

5.2.1 Содержание лекционных занятий

1. Врачебно-педагогические наблюдения, контроль и самоконтроль (2 часа)

Медицинский контроль: мероприятия медицинского контроля, самоконтроль и его показатели.

Метрологические основы контроля в подготовке спортсменов: метрологические основы выбора тестов комплексного контроля, информативность тестов при этапном и текущем контроле.

Комплексный педагогический контроль уровня специальной подготовленности спортсменов.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о контроле.

Изучение темы направлено на приобретение умений использовать основы контроля в практической подготовке спортсмена.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10, ОПК-13, ОПК-15, профессиональных компетенций ПК-3, ПК-5.

2. Учебно-тренировочные сборы в спортивно-оздоровительном туризме (2 часа)

Теоретико-методические основы проведения учебно-тренировочных сборов по спортивно-оздоровительному туризму. Методика проведения учебно-тренировочных занятий с юными туристами.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по планированию физкультурно-оздоровительной, спортивной работы в туризме.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10, ОПК-13, ОПК-15, профессиональных компетенций ПК-3, ПК-4, ПК-5.

5.2.2 Содержание практических занятий

Занятия 1 (2 часа). Самоконтроль и его значение для спортсменов-туристов. Показатели самоконтроля: объективные и субъективные.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о самоконтроле.

Изучение темы направлено на приобретение умений использовать основы контроля в практической подготовке спортсмена.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10, ОПК-13, ОПК-15, профессиональных компетенций ПК-3, ПК-4, ПК-5.

Занятия 2-5 (8 часов). Учёт метеорологических условий в период проведения учебно-тренировочных сборов. Профилактика травм и обморожений на учебно-тренировочном сборе.

Комплекс основных специально-подготовительных упражнений на тренажерах и их педагогическая характеристика. Основные методические положения комплексного применения специальных упражнений и тренажеров с целью совершенствования специальной подготовленности туристов на различных этапах годичного цикла тренировки.

Подбор специальных упражнений для совершенствования технико-тактической и интеллектуальной подготовленности спортсменов-туристов на учебно-тренировочных занятиях, проводимых в условиях спортивного зала.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об использовании тренажеров в спортивной практике.

Изучение темы направлено на приобретение умений пользоваться тренажерами при развитии физических качеств.

Изучение темы направлено на приобретение опыта развития физических качеств посредством тренажеров.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10, ОПК-13, ОПК-15, профессиональных компетенций ПК-3, ПК-4, ПК-5.

Занятия 6-7 (4 часа). Общая физическая подготовка.

Физические упражнения как основное средство разминки и развития физических способностей спортсмена-туриста. Смешанная разминка, разминка силового характера, разминка игрового характера, разминка скоростно-силового характера.

Упражнения для развития силовой выносливости: упражнения, выполняемые индивидуально и в парах, с преодолением собственного веса и с отягощением, упражнения на снарядах, тренажерах и приспособлениях, упражнения с

преодолением внешнего сопротивления, веса предмета, противодействия партнера, бег по снегу, песку, воде.

Упражнения для развития гибкости: махи с постепенно увеличивающейся амплитудой, наклоны, упражнения на растягивание.

Упражнения для развития ловкости: применение необходимых исходных положений, «зеркальное» выполнение движений, изменение скорости и темпа движений, изменение пространственных границ выполнения упражнений.

Упражнения для развития выносливости: бег по стадиону, асфальту, кроссовый бег, спортивные игры, пешие походы, плавание.

Упражнения для развития быстроты: бег на 30, 60, 100 метров, прыжковые упражнения, эстафеты, бег с внезапной сменой направления и т.п.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по структуре физических упражнений.

Изучение темы направлено на приобретение умений и опыта выполнять общие физические упражнения.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10, ОПК-13, ОПК-15, профессиональных компетенций ПК-3, ПК-4, ПК-5.

Занятия 8-9 (4 часа). **Специальная физическая подготовка**

Изучение и совершенствование техники бега по твердой опоре, по мягкому грунту, по траверсу, в подъем и со спуска, техника преодоления препятствий.

Бег с ориентированием, бег в затрудненных условиях, специально-беговые упражнения (СБУ). Преодоление препятствий при помощи специального снаряжения и бег него.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по структуре специальных физических упражнений.

Изучение темы направлено на приобретение умений и опыта выполнять специальные физические упражнения.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-6, ОПК-10, ОПК-13, ОПК-15, профессиональных компетенций ПК-3, ПК-4, ПК-5.

6. Самостоятельная работа студентов
1 курс

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Анализ развития спортивно-оздоровительного туризм за истекший период	30	Ответы на вопросы	1 семестр
История развития туризма в России	30	Реферат	1 семестр
Кодекс путешественника	16	Конспект	1 семестр

Туристско-спортивные организации	34	Доклад с презентацией	1 семестр
Общая физическая подготовка	28	Наблюдение	1 семестр
Нормативно-правовые документы в области спортивно-оздоровительного туризма: ФЗ «Об образовании» ФЗ «О физической культуре и спорте» ФЗ «Об основах туристской деятельности в РФ»	90	Конспекты	2 семестр
МКК и характеристика ее работы	16	Конспект	2 семестр
Правила проведения соревнований по спортивному туризму	18	Конспект	2 семестр
Общая физическая подготовка	14	Наблюдение	2 семестр
Итого:	276		

2 курс

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Анализ развития спортивно-оздоровительного туризм за истекший период	10	Ответы на вопросы	3 семестр
Современное состояние спортивного туризма	16	Доклад	3 семестр
Значение туризма для воспитания подрастающего поколения, его прикладная роль	20	Реферат	4 семестр
Общая физическая подготовка	10	Наблюдение	4 семестр
Итого:	56		

3 курс

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представ-ления
Анализ развития спортивно-оздоровительного туризм за истекший период	10	Ответы на вопросы	5 семестр
План рекреационных мероприятий для лиц различного возраста при проведении занятий спортивно-оздоровительного значения (по выбору)	20*	Письменная работа	5 семестр

Проект по воспитанию подрастающего поколения средствами спортивно-оздоровительного туризма (по выбору)	20*	Письменная работа	5 семестр
Подготовка спортсменов туристов различной квалификации	9	Устный ответ	6 семестр
Особенности подготовки спортсменов в зависимости от вида туризма	8	Устный ответ	6 семестр
Методика развития физических качеств	10	Конспект	6 семестр
Методика проведения тестирования ОФП и СФП	10	Конспект	6 семестр
Методика проведения мероприятий по спортивному туризму среди школьников	10	Конспект	6 семестр
Методика проведения мероприятий по спортивному туризму среди взрослого населения	10	Конспект	6 семестр
Итого:	87		

4 курс

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представ-ления
Анализ развития спортивно-оздоровительного туризм за истекший период	10	Ответы на вопросы	7 семестр
Характеристика технико-тактической подготовленности спортсменов-туристов на различных этапах спортивной дистанции (по выбору)	20*	Реферат	7 семестр
Характеристика технико-тактической подготовленности спортсменов-туристов в спортивных походах (по выбору)	20*	Реферат	7 семестр
Туристские узлы	18	Наблюдение	8 семестр
Конспект практического занятия по спортивно-оздоровительному туризму на 45 минут, на 90 минут	35	Конспект	8 семестр
Итого	83		

5 курс

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представ-ления

Анализ развития спортивно-оздоровительного туризм за истекший период	10	Ответы на вопросы	9 семестр
Ведение дневника самоконтроля с последующим анализом	18	Письменная работа	9 семестр
Методика проведения соревнований по спортивному туризму дистанция пешеходная	8	Устный ответ	10 семестр
Методика проведения соревнований по спортивному туризму дистанция водная	8	Устный ответ	10 семестр
Методика проведения соревнований по спортивному туризму дистанция лыжная	8	Устный ответ	10 семестр
Методика проведения соревнований по спортивному туризму дистанция горная	8	Устный ответ	10 семестр
Методика проведения соревнований по спортивному туризму по группе дисциплин «Маршрут»	8	Устный ответ	10 семестр
Составление плана тренировочных занятий с использованием тренажеров	9	Конспект	10 семестр
Итого:	77		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;
4. Работа с материалами УМК.

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат. В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ОПК-6 – способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	*05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* B/01.4 – выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке; B/02.4 – Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной медицине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях; D/01.5 – Планирование и реализация мероприятий по физическому воспитанию населения; F/01.6 – Подготовка занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма *05.003 «Тренер»:* B/05.6 – Проведение тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин); B/06.6 – Координация соревновательной деятельности занимающихся *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; A/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; A/07.6 – Проведение профилактики травматизма на занятиях физической	Знает (пороговый уровень): – правила безопасности при проведении практических занятий в спортивном зале, в естественных условиях; – основные признаки заболеваний и способы их предотвращения; – знает основные направления профилактики травматизма в физкультурно-спортивной деятельности; Умеет (стандартный уровень): – организовывать и оказывать страховку при прохождении практических заданий; – оказывать доврачебную помощь в туристском походе; – проводить беседы по профилактике спортивного травматизма; Владеет опытом (эталонный уровень): – соблюдения техники безопасности в процессе физкультурно-спортивной деятельности; – профилактики травматизма в спортивно-оздоровительном туризме; – оказания первой доврачебной

	культурой и спортом *05.007 «Спортивный судья»:* А/02.3 – Взаимодействие с участниками спортивных соревнований для организации и координации их действий; В/01.4 – Информирование и контроль размещения зрителей при проведении спортивного соревнования; С/02.4 – Обеспечение надлежащей эксплуатации и сохранности спортивного и технологического инвентаря, экипировки во время проведения спортивного соревнования; *01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»:* А/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы *33.023 «Инструктор-проводник»;* А/02.5 – Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекинги; А/03.5 – Проведение работ во время аварийных ситуаций при занятиях пешеходным туризмом и трекингом	помощи в туристской деятельности;
ОПК-10 – способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников туристских и рекреационных мероприятий, в том числе с учётом различной возрастно-половой группы	*01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»:* А/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы; А/04.6 – Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы; *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* В/01.4 – Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке; В/02.4 – Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной медицине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях; *05.003 «Тренер»:* В/03.6 – Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-	Знает (пороговый уровень): – нормативную документацию в области спортивно-оздоровительного туризма; – основы воспитательной работы с различным контингентом людей в области рекреационно-оздоровительной деятельности; – направления организации совместной деятельности участников туристских и рекреационных мероприятий; – знает возрастно-половые различия групп при проведении туристских и рекреационных мероприятий; Умеет (стандартный уровень): – проводить воспитательный процесс с занимающимися туризмом и рекреационно-оздоровительной деятельностью;

	спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся; *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; A/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; *01.001 «Педагог»:* A/02.6 – Воспитательная функция; *01.007 «Специалист, участвующий а организации деятельности детского коллектива (вожатый)* A/02.1 – Сопровождение деятельности временного детского коллектива в организации отдыха детей и их оздоровлении под руководством педагогического работника *33.023 «Инструктор-проводник»;* A/01.5 – Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом; A/02.5 – Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекинги;	– пользоваться основными документами в области спортивно-оздоровительного туризма; – проводить совместную деятельность участников туристских и рекреационных мероприятий; Владеет опытом (эталонный уровень): – планирования и проведения мероприятий с различным контингентом людей; – организации и проведения оздоровительной и воспитательной работы в различным контингентом;
ОПК-13 – способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий	*05.007 «Спортивный судья»:* A/01.3 – Визуальный контроль соблюдения условий проведения спортивных соревнований в соответствии с правилами вида спорта, положением (регламентом) о спортивном соревновании; C/01.4 – Обеспечение готовности спортивного и технологического оборудования, инвентаря и экипировки к проведению спортивного соревнования; D/01.5 – Организация работы секретариата спортивного соревнования; *05.003 «Тренер»:* A/01.5 – Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по общей физической подготовке по виду спорта; A/02.6 – Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по специальной физической подготовке по виду спорта;	Знает (пороговый уровень): – цели и задачи, методы, средства и приемы туристско-краеведческой, спортивной, рекреационно-оздоровительной деятельности; – основные документы для проведения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий; – правила соревнований по спортивному туризму; – регламент группы спортивных дисциплин «дистанции-пешеходные»; Умеет (стандартный уровень): – использовать занятия спортивно-оздоровительным туризмом для формирования гармонически развитой личности; – решать образовательные,

	B/03.6 – Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся; B/06.6 – Координация соревновательной деятельности занимающихся *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; A/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; A/10.6 – Осуществление организации и судейства соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* B/01.4 – Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке; B/02.4 – Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной медицине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях; *01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»:* A/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы; *33.023 «Инструктор-проводник»;* A/01.5 – Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом; A/02.5 – Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекинги;	воспитательные и оздоровительные задачи в процессе проведения занятий спортивно-оздоровительным туризмом; – проводить судейство отдельного технического этапа в туристских соревнованиях; – составлять программу рекреационно-оздоровительного, физкультурно-массового, туристского, краеведческого, спортивного мероприятия; Владеет опытом (эталонный уровень): – организации и проведения рекреационно-оздоровительного, физкультурно-массового, туристского, краеведческого и спортивного мероприятия; – судейства соревнований по спортивному туризму и спортивному ориентированию.
ОПК-15 – способен осуществлять материально техническое сопровождение рекреационно-оздоровительных,	*05.003 «Тренер»:* B/05.6 – Проведение тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин); *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; *01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»:*	Знает (пороговый уровень): - основные способы получения информации; - основные положения СанПиНов в области рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и

физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий	A/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы; *05.007 «Спортивный судья»:* A/01.3 – Визуальный контроль соблюдения условий проведения спортивных соревнований в соответствии с правилами вида спорта, положением (регламентом) о спортивном соревновании; A/02.3 – Взаимодействие с участниками спортивных соревнований для организации и координации их действий *01.007 «Специалист, участвующий а организации деятельности детского коллектива (вожатый)* A/02.1 – Сопровождение деятельности временного детского коллектива в организации отдыха детей и их оздоровлении под руководством педагогического работника *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* B/01.4 – Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке; B/02.4 – Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной медицине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях; *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; A/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; *33.023 «Инструктор-проводник»;* A/01.5 – Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом; A/02.5 – Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекинги; *05.009 «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования»:*	спортивных мероприятий; - ИКТ-оборудование для проведения мероприятий; Умеет (стандартный уровень): – пользоваться материально-техническим обеспечением в области рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий; – проводить визуальный контроль условий проведения спортивных мероприятий; – использовать основные средства мониторинга спортивных результатов; Владеет опытом (эталонный уровень): – использования основных средств получения и информации; – использования основных средств мониторинга результатов; – использования основных средств организации и проведения безопасной организации технических этапов; – подбора материально-технического обеспечения для проведения практического и теоретического занятия;

	А/02.5 – Техническое обслуживание спортивного и технологического оборудования, спортивной техники, инвентаря, экипировки; А/03.5 – Ремонт спортивного и технологического оборудования, спортивной техники и инвентаря	
ПК-3 – способен осуществлять учебно-тренировочный процесс на различных этапах подготовки	*01.001 «Педагог»:* А/01.6 –Общепедагогическая функция. Обучение; А/02.6 – Воспитательная функция; А/03.6 – Развивающая деятельность; *05.003 «Тренер»:* А/01.5 – Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по общей физической подготовке по виду спорта; А/02.5 –Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по специальной физической подготовке по виду спорта; В/03.6 – Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся; В/05.6 – Проведение тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин); *05.012 «Тренер-преподаватель»:* А/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; А/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; *01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»:* А/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы; *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* В/01.4 – Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке; В/02.4 – Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной	Знает (пороговый уровень): - основные положения теории и методики организации учебно-тренировочного процесса в области спортивного туризма; Умеет (стандартный уровень): - разрабатывать документацию для проведения мероприятий по спортивно-оздоровительному туризму; - проводить теоретические и практические занятия по спортивно-оздоровительному туризму; - подбирать средства для организации и проведения учебно-тренировочного процесса на различных этапах подготовки; Владеет опытом (эталонный уровень): - планирования учебно-тренировочного процесса по спортивно-оздоровительному туризму; - подготовки документации по проведению учебно-тренировочного занятия; - проведения практического и теоретического учебно-тренировочного занятия;

	медицине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях *33.023 «Инструктор-проводник»;* A/01.5 – Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом; A/02.5 – Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекинги;	
ПК-4 – способен осуществлять организацию судейства спортивных соревнований по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивного соревнования	*05.007 «Спортивный судья»:* A/01.3 – Визуальный контроль соблюдения условий проведения спортивных соревнований в соответствии с правилами вида спорта, положением (регламентом) о спортивном соревновании; C/01.4 – Обеспечение готовности спортивного и технологического оборудования, инвентаря и экипировки к проведению спортивного соревнования; D/01.5 – Организация работы секретариата спортивного соревнования; *05.003 «Тренер»:* B/06.6 – Координация соревновательной деятельности занимающихся *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/10.6 – Осуществление организации и судейства соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* F/04.6 – Подготовка и проведение спортивно-зрелищных мероприятий	Знает (пороговый уровень): – правила соревнований по спортивному туризму; – регламент группы спортивных дисциплин «дистанции-пешеходные»; – положения ЕВСК по виду спортивный туризм; Умеет (стандартный уровень): - проводить судейство отдельного технического этапа в туристских соревнованиях в должности «судья этапа»; - проводить судейство отдельного технического этапа в туристских соревнованиях в должности «секретарь этапа»; - проводить судейство отдельного технического этапа в туристских соревнованиях в должности контролёр дистанции; Владеет опытом (эталонный уровень): – судейства отдельного технического этапа в туристских соревнованиях;
ПК-5 – способен осуществлять проведение занятий по физическому воспитанию	*01.001 «Педагог»:* A/01.6 –Общепедагогическая функция. Обучение; A/02.6 – Воспитательная функция; A/03.6 – Развивающая деятельность; *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* B/01.4 – Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке;	Знает (пороговый уровень): – основные положения теории и методики проведения занятия по физическому воспитанию; Умеет (стандартный уровень): - разрабатывать документацию для проведения занятий по физическому воспитанию; - проводить практические и теоретических занятия по физическому воспитанию; Владеет опытом (эталонный

	F/01.6 – Подготовка занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма; *05.003 «Тренер»:* A/03.5 – Подготовка, проведение и анализ результатов мероприятий начальной подготовки по виду спорта и воспитательной работы со спортсменами; B/03.6 – Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся; *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; *33.023 «Инструктор-проводник»;* A/01.5 – Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом; A/02.5 – Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекинги	уровень): - подготовки и проведения занятия по физическому воспитанию

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Промежуточная аттестация: зачет – 3 семестр, экзамен – 6 семестр, экзамен – 8 семестр, экзамен – 10 семестр.

Критерии оценивания компетенций (результатов)

Оценивается по 4-хбалльной шкале. В критерии оценки компетенций по экзамену входят:

1.уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;

2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;

3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;

4. ответы на дополнительные вопросы.

При проектировании ожидаемых результатов следует предусмотреть различные *уровни оценки ожидаемых результатов:*

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Примерный перечень оценочных средств в соответствии с иерархией целей по Блуму

№	Уровень сложности	Глаголы для формулировки заданий	Оценочные средства
1.	Знание	Цитировать, перечислить, дать определение, изобразить, идентифицировать, составить список, назвать, указать, записать, повторить, выбрать, сформулировать, свести в таблицу, рассказать, воспроизвести, упорядочить, соотнести, отметить	Тест Опрос устный Письменные ответы на вопросы Собеседование (индивидуальное, групповое) Коллоквиум Портфолио-коллектор (накопительное)
2.	Понимание	Определить, выделить, объяснить, находить различия, характеризовать, обсуждать, рассматривать в деталях, сделать сообщение, интерпретировать, сделать обзор, связать, уточнить, построить, преобразовать, расшифровать, выразить, переформулировать, рецензировать, привести примеры, описать	Тест Решение типовых ситуаций Эссе Портфолио оценочный
3	Применение	Применять, рассчитать, классифицировать, демонстрировать, доказать, инсценировать, модифицировать, исследовать, изменить, иллюстрировать, интерпретировать, разработать, упорядочивать выполнять, использовать, обнаруживать, устанавливать, завершить, составить (отчет, план, график и т.п.), решать (задачу, проблему), раскрыть	Наблюдение Кейс-задания Игра ролевая Компетентсностно-ориентированные задания(КОЗ) Практические контрольные задания (ПКЗ) Портфолио достижений Тренажер Расчетно-графическая работа Метод Дельфи («мозговой атаки»)
4	Анализ	Анализировать, оценивать, сравнить, распределять по категориям(категорировать), полемизировать, оспаривать, вывести,	Кейс-задание Игра организационно-мыслительная Реферат

		подразделить, изобразить схематически, различать, (проводить различие), находить различия, исследовать, изучать, применять, осуществлять эксперимент, идентифицировать, собрать сведения, резюмировать, выделять, отсеять, отсортировать, измерить, разделить	Портфолио Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты Проект
5	Синтез	Систематизировать, собирать (монтировать), осуществить компиляцию, производить сборку, сочинять (писать), конструировать (придумывать), создавать, производить, разрабатывать модель, алгоритмизировать, управлять, организовать, спланировать, подготовить, предлагать, изобретать, обобщать, компоновать, строить, интегрировать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Профессионально-исследовательские задания (ПИЗ) Портфолио Проект
6	Оценка	осуществлять оценку, убедить, выбрать, сравнивать и находить отличия, критиковать, определять (устанавливать, принимать решение), определять стоимость, составлять мнение, градировать (разбивать на этапы), сделать вывод, соизмерять (соотносить), осуществлять ранжирование, рекомендовать (предлагать), проверять (исправлять, видоизменять), обосновать, составить мнение, прогнозировать, защищать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Портфолио Проект

Описание шкалы оценивания

Отметка «отлично» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные, заданные экзаменатором;

- студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями;

- при ответе на вопросы используются данные из дополнительной литературы;

- ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения;

- студент демонстрирует умение вести научную дискуссию.

Отметка «хорошо» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определённые затруднения в ответе на уточняющие вопросы;

– в ответе имеют место несущественные фактические неточности;

- недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов билета;

– в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

– знания имеют фрагментарный характер, имеются определённые неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;

– при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки;

– студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

– не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;

– допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;

– студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;

– в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;

– на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или даёт неверные ответы.

Задания в рамках индикаторов достижения компетенций оцениваются в процессе текущего контроля и являются обязательными в соответствии с утверждёнными в образовательной организации порядком промежуточной аттестации (как допуск к зачёту).

2 курс

7.2.2 Вопросы к зачёту для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Спортивно-оздоровительный туризм» для факультета заочного обучения на 3 семестре:

1. В чем выражается многогранность понятия «туризм»?
2. Место туризма в системе физического воспитания.
3. Типы туризма.
4. Виды туризма.
5. Формы туризма.
6. Характеристика планового и самодеятельного туризма.
7. Понятия: туризм, туризм внутренний, туризм въездной, туризм выездной, туризм социальный, туризм самодеятельный.
8. Исторические аспекты отечественного туризма в XVII – XVIII веках.

9. Исторические аспекты отечественного туризма в XIX веке.
10. Основные периоды в развитии туризма в СССР.
11. Туристские общества России.
12. Современная ситуация в истории спортивно-оздоровительного туризма.
13. Документы, регламентирующие туристскую деятельность на территории Смоленской области.
14. Назовите основные определения и понятия, данные в Федеральном законе «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации»
15. ФЗ «Об образовании»: основные понятия.
16. ФЗ «О физической культуре и спорте»: основные понятия.
17. Федерации туризма: задачи, виды.
18. Содержание работы Федерации спортивного туризма
19. Содержание работы маршрутно-квалификационной комиссии
20. Содержание работы организационно-массовой комиссии ФСТ
21. Содержание работы комиссии по слетам и соревнованиям ФСТ
22. Содержание работы комиссии по походам выходного дня
23. Содержание работы туристских спортивных союзов.
24. Содержание работы территориального туристского клуба.
25. Кодекс путешественника.

7.2.3 Тестовые задания для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Спортивно-оздоровительный туризм» для факультета заочного обучения на 3 семестре:

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, который является правильным ответом

1. Какой их перечисленных вариантов не относится к классификации «Видов туризма по характеру туристского маршрута»:
   а. реабилитационный;
   б. пешеходный;
   в. горный;
   г. водный.
2. Какой их перечисленных вариантов не относится к классификации «Типов туризма по целевой функции»:
   а. спортивный;
   б. рекреационный;
   в. экстремальный;
   г. учебный.
3. Что не является средством туризма:
   а. поход;
   б. день рождения;

в. прогулка;

г. соревнование.

4. Какой из перечисленных документов не является, регламентирующим туристскую деятельность на территории Смоленской области:

а. Федеральный закон «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации»;

б. Областной закон «О туристской деятельности на территории Смоленской области»;

в. Положение о проведении соревнований;

г. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

5. По какому из перечисленных видов туристско-спортивных соревнований, не присваиваются спортивные звания и разряды:

а. оказание медицинской помощи;

б. путешествия;

в. спортивные походы;

г. туристское многоборье.

6. Какой из видов туризма не относится к категории нестепенных походов:

а. лыжный;

б. горный;

в. пешеходный;

г. велосипедный.

7. Что не входит в обязанности руководителя похода:

а. ознакомиться с районом похода;

б. оформить маршрутные документы;

в. изменять маршрут движения с целью расширения кругозора;

г. провести необходимые тренировки группы.

8. Что не является обязанностями участника похода:

а. выполнять своевременно указания руководителя похода;

б. пройти медицинский осмотр после похода;

в. своевременно информировать руководителя похода об ухудшении состояния здоровья;

г. участвовать в подготовке похода, тренировках и составлении отчёта.

9. Что не является санкцией за нарушение Правил, применяемых туристско-спортивными организациями:

а. засчитать участие, руководство в совершенном походе;

б. аннулировать справки обо всех или некоторых ранее совершенных походах;

в. лишить спортивных званий, снизить или аннулировать спортивный разряд;

г. запретить участвовать, руководить в походах определённой категории сложности на некоторый срок.

10. Какой из перечисленных вариантов не относится к основным задачам рекреационного туризма:

а. гармоничное физическое развитие и содействие всестороннему развитию человека;

б. обеспечение полноценного отдыха людей разного возраста и профессий;

в. укрепление здоровья и предупреждение заболеваний;

г. достижение высоких спортивных результатов.

Ответы на вопросы для студентов направления
«Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
по дисциплине «Спортивно-оздоровительный туризм»
(3 семестр)

1.	А	6.	Б
2.	В	7.	В
3.	Б	8.	Б
4.	В	9.	А
5.	А	10.	Г

3 курс

7.2.2 Вопросы к экзамену
для студентов направления
«Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
по дисциплине «Спортивно-оздоровительный туризм»
для факультета заочного обучения за 6 семестре:

1. Рекреационный туризм: определение, цели, задачи.
2. Функции рекреационного туризма.
3. Значение туризма для укрепления здоровья и физического развития, воспитания волевых и моральных качеств.
4. Организация оздоровительной работы в спортивном туризме.
5. Воспитательные и спортивные возможности походов и массовых туристско-экскурсионных мероприятий.
6. Виды официальных спортивных соревнований, по которым присваиваются спортивные звания и разряды.
7. Требования и условия к присвоению спортивных званий и разрядов
8. Порядок формирования ЕВСК.
9. Порядок присвоения спортивных разрядов и спортивных званий.
10. Права и обязанности спортсменов, имеющих спортивные звания и разряды.
11. Зачетные классификационные книжки, учет и отчетность по классификации спортсменов.
12. Нормы, требования и условия их выполнения по виду спорта «спортивный туризм» дисциплина «Дистанция»
13. Нормы и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов дисциплина «Маршрут»

14.Классификация соревнований в спортивно-оздоровительном туризме
15.Цели, задачи и характер соревнований по группе дисциплин «Дистанция»
16.Цели, задачи и характер соревнований по группе дисциплин «Маршрут»
17.Организация соревнований
18.Классификация маршрутов
19.Виды маршрутов и их характеристика
20.Правила организации и прохождения спортивных туристских маршрутов.
21.Правила организации и прохождения спортивных туристских маршрутов.
22.Права и обязанности руководителя и участников туристской группы.
23. Профессионально-прикладное значение туризма.
24.Положение о подготовке кадров
25.Роль туристских кадров в развитии массового спортивного туризма.
26.Рекреационный туризм: определение, цели, задачи, функции.
27.Что представляет собой туристская подготовка? Задачи туристской подготовки.
28.Принципы туристской подготовки.
29.Методы воспитания в туристской подготовке.
30.Методы обучения в туристской подготовке.
31.Методы формирования сознания личности.
32.Методы организации деятельности и формирования опыта.
33.Методы стимулирования поведения и деятельности.
34.Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности.
35.Методы стимулирования и мотивации учения.
36.Методы выполнения упражнений.
37.Виды туристской подготовки.
38.Содержание общетуристской подготовки.
39.Содержание организационной подготовки.
40.Содержание топографической подготовки.
41.Содержание технической подготовки.
42.Содержание тактической подготовки.
43.Психологическая подготовка туриста.
44.Содержание подготовки по обеспечению безопасности.
45.Содержание физической подготовки.
46.Содержание интегральной подготовки.
47.Ожидания участников путешествия. Прогноз путешествия и его влияние на поведение человека.
48.Понятие первичных групп. Ролевая структура туристской группы.
49.Общая характеристика конфликтов.
50.Понятие конфликтных отношений и способы выхода из них.
51.Психологическая тактика руководства туристской группой.
52.Условия продуктивной работы для руководителей групп.
53.Система морально-психологической подготовки в спортивном туризме.
54.Особенности развития силовых качеств туриста.
55.Особенности развития выносливости туриста.
56.Особенности развития скоростных качеств туриста.

57.Особенности развития гибкости и двигательно-координационных способностей туриста.

58.Этапы и периоды подготовки спортсменов-туристов.

59.Поведение в конфликтной ситуации.

60.Действия руководителя при возникновении конфликтов.

7.2.3 Тестовые задания для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Спортивно-оздоровительный туризм» для студентов факультета заочного обучения на 6 семестре:

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, который является правильным ответом

1. Какой из видов подготовки относится к туристской подготовке:
   а. – спортивная;
   б. – специальная;
   в. – общая;
   г. – интеллектуальная.
2. Количество стадий конфликта:
   а. – 3;
   б. – 9;
   в. – 11;
   г. – 7.
3. Выберите наиболее распространённый метод выполнения упражнений в спортивном туризме:
   а. – массовый;
   б. – равномерный;
   в. – тактичный;
   г. – наглядный.
4. Сколько физических качеств развивается в процессе туристской подготовки:
   а. – 3;
   б. – 6;
   в. – 5;
   г. – 8.
5. Какой из перечисленных вариантов относится к специальной туристской подготовке:
   а. – медицинская подготовка;
   б. – интегральная подготовка;
   в. – подготовка по обеспечению безопасности;
   г. – подготовка наглядной документации.
6. Какую продолжительность одной тренировки по специальной туристской подготовке целесообразно планировать:
   а. – 4 часа;

б. – 1 час;
в. – 2 часа;
г. – 10 часов.

7. Какую продолжительность одной тренировки по преодолению элементов рельефа:
а. – 1-2 часа;
б. – 3-5 часов;
в. – 6-8 часов;
г. – 10 и более часов.

8. Симптомы сильного переутомления при больших нагрузках (предельные нагрузки):
а. – уверенное выполнение, соответствующее достигнутому уровню интенсивности;
б. – желание полного покоя и прекращение тренировки, тенденция к «капитуляции»;
в. – желание продолжить тренировку;
г. – никаких жалоб, выполняя все нагрузочные задания.

9. Выберите норматив соответствующий отличной степени подготовленности юношей при выполнении контрольного кросс-теста (8 км):
а. – менее 25 мин.;
б. – 32-36 мин.;
в. – 40-45 мин.;
г. – более 45 мин.

10. Основные особенности интегральной подготовки:
а. – опасности спортивных походов объективные и субъективные;
б. – маршрутная нитка похода;
в. – особенности комплектования группы;
г. – особенности определения состава продуктов для похода.

Ответы на вопросы для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Спортивно-оздоровительный туризм»

(6 семестр)

1. Б	5. В	9. Б
2. А	6. А	10. А
3. Б	7. В	
4. В	8. Б	

4 курс

7.2.2 Вопросы к экзамену для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Спортивно-оздоровительный туризм»

для факультета заочного обучения за 8 семестре:

1. Что означают понятия: техника туризма, технический приём, технические средства.
2. Классификация техники спортивного туризма.
3. Классификация техники страховки.
4. Теоретико-методические основы проведения учебно-тренировочных сборов по спортивно-оздоровительному туризму.
5. Методика проведения учебно-тренировочных занятий с юными туристами.
6. Учёт метеорологических условий в период проведения учебно-тренировочных сборов.
7. Профилактика травм и обморожений на учебно-тренировочном сборе.
8. Технология организации самостраховки
9. Узлы, применяемые в спортивном туризме, их назначение
10. Тактика в спортивного туризма.
11. Составляющие тактики организации и проведения спортивных походов.
12. Запасной и аварийный варианты организации пути.
13. Технология подбора продуктов для спортивного похода.
14. Методика выбора походного нагрузочного режима.
15. Правила выбора места бивака.
16. Функции капитана.
17. Функции ориентировщика.
18. Техника и тактика преодоления горного и пересечённого равнинного рельефа.
19. Техника преодоления водных преград.
20. Техника страховки.
21. Техника бивачных работ.
22. Техника и тактика ориентирования на местности.
23. Взаимосвязь тактической и интеллектуальной подготовленности туристов-спортсменов.
24. Особенности тактики учебно-тренировочного похода.
25. Тактический анализ прошедшего дня спортивного похода.

7.2.3 Тестовые задания для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Спортивно-оздоровительный туризм» для студентов факультета заочного обучения на 8 семестре:

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, который является правильным ответом

1. Тактика-это

а) выбор средств и способы их использования;
б) личное или групповое снаряжение;
в) одно или несколько взаимосвязанных действий;
г) движение по снежному склону.

2. Процесс обеспечения безопасности при преодолении опасных участков маршрута - это:
а) тактика;
б) техника;
в) страховка;
г) прием.

3. Классификация техники страховки по типам:
а) массовая;
б) поперечная, взаимная;
в) гимнастическая, самостраховка;
г) самостраховка, взаимная, массовая.

4. Разновидности болота:
а) труднопроходимые, проходимые, непроходимые;
б) иногда проходимые, проходимые;
в) сложнопроходимые, проходимые, непроходимые;
г) зимой проходимые, непроходимые.

5. «Акья» - это:
а) лебедка;
б) универсальные разборные носилки;
в) сани-волокуши;
г) рюкзак.

6. Что относится к специальным спасательным средствам?:
а) полиспаст;
б) веревка;
в) компас;
г) ремонтный набор.

7. В каком темпе должен перемещаться взрослый человек по равнине или слабо пересеченной местности:
а) 80 шаг / мин;
б) 120 шаг/мин;
в) 160 шаг/ мин;
г) 200 шаг / мин.

8. Костер по назначению бывает:
а) сигнальный;
б) для приготовления пищи;
в) для обогрева и сушки одежды;
г) все перечисленное.

9. Классификация техники бивачных работ по рельефу:
а) горный рельеф, равнинная местность;
б) скальный рельеф, равнинная местность;
в) на снегу, на траве;

г) на берегу реки, заболоченная местность.

10. Костер по форме бывает:
    а) ромб;
    б) снежинка;
    в) колодец;
    г) зигзаг.

Ответы на вопросы для студентов направления
«Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
по дисциплине «Основы спортивно-оздоровительного туризма»
3 КУРС

1. А
2. В
3. Г
4. А
5. В
6. А
7. Б
8. Г
9. А
10. В

5 курс

7.2.2 Вопросы к экзамену
Для студентов направления
«Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
по дисциплине «Спортивно-оздоровительный туризм»
для факультета заочного обучения на 10 семестре

1. В чем выражается многогранность понятия «туризм»?
2. Место туризма в системе физического воспитания.
3. Типы туризма.
4. Виды туризма.
5. Формы туризма.
6. Характеристика планового и самодеятельного туризма.
7. Понятия: туризм, туризм внутренний, туризм въездной, туризм выездной, туризм социальный, туризм самодеятельный.
8. Исторические аспекты отечественного туризма.
9. Современная ситуация в истории спортивно-оздоровительного туризма.
10. Основные положения Федеральной программы развития физической культуры и формирования здорового образа жизни населения РФ.
11. Документы, регламентирующие туристскую деятельность на территории Смоленской области.
12. Федерации туризма: задачи, виды.
13. Содержание работы туристских спортивных союзов.
14. Содержание работы маршрутно-квалификационной комиссии.
15. Содержание работы территориального туристского клуба.

16. Кодекс путешественника.
17. Безопасность в туризме.
18. Программно-нормативные документы в спортивно-оздоровительном туризме.
19. Права и обязанности руководитель спортивного туристского похода.
20. Права и обязанности участников спортивных походов.
21. Разрядные требования по группе дисциплин «Дистанция».
22. Правила соревнований по группе дисциплин «Маршрут».
23. Рекреационный туризм: определение, цели, задачи.
24. Категорирование спортивных походов.
25. Функции рекреационного туризма.
26. Задачи, принципы, методы туристской подготовки.
27. Виды и содержание туристской подготовки.
28. Организация поисково-спасательных работ.
29. Содержание физической подготовки туриста.
30. Содержание психической подготовки туриста.
31. Содержание интегральной подготовки туриста.
32. Понятие техники и тактики туризма.
33. Классификация техники туризма.
34. Основные составляющие тактической подготовленности.
35. Виды туристских соревнований.
36. Особенности организации и проведения соревнований
37. Судейство соревнований по туризму.
38. Соревнования на лыжных дистанциях.
39. Соревнования на горных дистанциях.
40. Соревнования на водных дистанциях.
41. Соревнования на пешеходных дистанциях.
42. Соревнования по группе дисциплин «Маршрут».
43. Спортивные походы: технология организации и проведения.
44. Материально-техническое обеспечение соревнований по туризму.
45. Основные аспекты работы в аварийной ситуации.
46. Психологический климат в команде.
47. Теоретико-методические основы проведения учебно-тренировочных сборов по спортивно-оздоровительному туризму.
48. Методика проведения учебно-тренировочных занятий с юными туристами.
49. Учёт метеорологических условий в период проведения учебно-тренировочных сборов.
50. Профилактика травм и обморожений на учебно-тренировочном сборе.
51. Основные положения комплексного контроля.
52. Содержание и организация этапного контроля.
53. Содержание и организация текущего контроля.
54. Содержание и организация оперативного контроля.
55. Метрологические основы выбора тестов комплексного контроля.
56. Информативность тестов при этапном и текущем контроле.
57. Мероприятия медицинского контроля.

58. Самоконтроль и его показатели.
59. Основы оказания доврачебной помощи при травмах: вывихи, ушибы, переломы, растяжения и т.д.
60. Роль и значение медицинского обеспечения и медицинского контроля в процессе подготовки.

7.2.3 Тестовые задания для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Спортивно-оздоровительный туризм» для студентов факультета заочного обучения 10 семестре:

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, который является правильным ответом

1. Врачебно-педагогические наблюдения:
   а)это исследования, проводимые совместно врачом и тренером во время учебно-тренировочных занятий;
   б) это исследования, проводимые совместно врачом и тренером во время болезни;
   в) это наблюдения за спортсменами;
   г)это наблюдения, проводимые совместно врачом и тренером во время учебно-тренировочных занятий.

2. Оперативный контроль:
   а) это оценка отставленного тренировочного эффекта на поздних стадиях восстановления;
   б) измерения, которые, проводятся каждые 3 месяца во врачебно-физкультурном диспансере;
   в) это оценка срочного тренировочного эффекта, изменений, происходящих в организме спортсмена во время тренировки и в ближайший восстановительный период.
   г)данные исследования проводятся после дня отдыха, утром через 1,5-2 часа после легкого завтрака, в день исследования спортсмен не должен делать зарядку.

3. Самоконтроль:
   а) это регулярное наблюдение за состоянием своего здоровья и физического развития;
   б) это регулярное наблюдение за состоянием своего здоровья и физического развития и их изменений под влиянием занятий физкультурой и спортом;
   в) это достижение наивысшего спортивного результата и сохранение состояния здоровья спортсменов;
   г) это оценка срочного тренировочного эффекта.

4. Текущий контроль:

а) это оценка отставленного тренировочного эффекта на поздних стадиях восстановления;
б) измерения, которые проводится каждые 3 месяца во врачебно-физкультурном диспансере;
в) это оценка срочного тренировочного эффекта, изменений, происходящих в организме спортсмена во время тренировки и в ближайший восстановительный период.
г)данные исследования проводятся после дня отдыха, утром через 1,5-2 часа после легкого завтрака, в день исследования спортсмен не должен делать зарядку.

5. Как называется вторая медицинская группа для занятий физической культурой:
а) основная;
б) заключительная;
в) специальная;
г) подготовительная.

6. Надежность теста:
а)способность давать неизменные результаты при повторном измерении одних и тех же лиц, находящихся в одном и том же состоянии;
б) независимость результата теста от свойств лица, проводящего измерение;
в) его способность оценивать то свойство, которое хотят с его помощью измерить;
г)способность давать неизменные результаты при повторном измерении одних и тех же лиц, находящихся в одном и том же состоянии.

7. Информативность теста:
а)способность давать неизменные результаты при повторном измерении одних и тех же лиц, находящихся в одном и том же состоянии;
б) независимость результата теста от свойств лица, проводящего измерение;
в) его способность оценивать то свойство, которое хотят с его помощью измерить;
г)способность давать неизменные результаты при повторном измерении одних и тех же лиц, находящихся в одном и том же состоянии.

8. Анамнез-это:
а) потеря сознания;
б) наблюдение;
в) опрос;
г) отсутствие признаков жизни.

9. Этапный контроль:
а) это оценка отставленного тренировочного эффекта на поздних стадиях восстановления;
б) проводится каждые 3 месяца во врачебно-физкультурном диспансере;

в) это оценка срочного тренировочного эффекта, изменений, происходящих в организме спортсмена во время тренировки и в ближайший восстановительный период.

г)проводится каждые 3 месяца во врачебно-физкультурном диспансере. Данные исследования проводятся после дня отдыха, утром через 1,5-2 часа после легкого завтрака, в день исследования спортсмен не должен делать зарядку.

10. Средняя степень утомления характеризуется:
а) глубоким и значительно учащенным дыханием;
б) несколько учащенным дыханием;
в) незначительной потливостью;
г) отсутствием внимания.

Ответы на вопросы для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Спортивно-оздоровительный туризм» для студентов факультета заочного обучения
(10 семестр)

1. А
2. В
3. Б
4. А
5. Г
6. Г
7. В
8. В
9. Г
10. А

8. Перечень основной и дополнительной литературы

1. Аницоева, Л. К., Основы спортивно-оздоровительного туризма : учебное пособие / Л. К. Аницоева. — Москва : КноРус, 2025. — 159 с. — ISBN 978-5-406-13537-2. — URL: https://book.ru/book/955358 . — Текст : электронный.

2. Базовая подготовка по спортивно-оздоровительному туризму / С. В. Соболев, В. М. Гелецкий, Е. А. Николаев [и др.] ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2016. – 230 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496992

3. Бомин, В. А. Основы детско-юношеского туризма [Электронный ресурс]: Учебно-методическое пособие / В. А. Бомин. – Иркутск: Издательство "Мегапринт", 2014. – 92 с.: ил. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/336930

4. Гинжул, Е. В. Методическое обеспечение дополнительного образования детей и взрослых в области туризма, физкультурно-оздоровительной и рекреационной деятельности : учебное пособие : [16+] / Е. В. Гинжул ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2024. – 131 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL:

https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722480 . – Библиогр.: с. 45-46. – ISBN 978-5-91930-261-2. – Текст : электронный.

5. Каратаев, О. Р. Специальные спортивные сооружения, оборудование и снаряжения для спортивного туризма «Дистанция – пешеходная» / О. Р. Каратаев, А. И. Тазутдинова ; Казанский национальный исследовательский технологический университет. – Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет (КНИТУ), 2022. – 80 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=701763 . – Библиогр.: с. 71-72. – ISBN 978-5-7882-3126-6. – Текст : электронный.

6. Киреева, Ю. А. Виды туризма : учебное пособие : [16+] / Ю. А. Киреева. – Москва : Директ-Медиа, 2022. – 324 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=686780 . – ISBN 978-5-4499-2942-6. – DOI 10.23681/686780. – Текст : электронный.

7. Константинов, Ю. С. Детско-юношеский туризм : учебник для вузов / Ю. С. Константинов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07182-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/563207

8. Константинов, Ю.С. Спортивно-оздоровительный туризм. Теория и практика: учебное пособие / Ю.С. Константинов. – М.: Советский спорт. 2023 – 350 с.

9. Кравчук, Т. А. Методологические аспекты внедрения спортивно-оздоровительного и рекреационного туризма в систему физического воспитания школьников / Т. А. Кравчук, Е. В. Гинжул, И. А. Зданович ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2023. – 318 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722485 . – Библиогр.: с. 200-231. – ISBN 978-5-91930-235-3. – Текст : электронный.

10. Крайнов, И. В. Спортивный туризм : техническая подготовка в спортивном ориентировании : учебное пособие : [16+] / И. В. Крайнов ; Омский государственный педагогический университет. – Омск : Омский государственный педагогический университет (ОмГПУ), 2018. – 60 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=616200 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8268-2161-9. – Текст : электронный.

11. Махов, С. Ю. Организация безопасности активного туризма : учебно-методическое пособие для высшего профессионального образования / С. Ю. Махов ; Межрегиональная академия безопасности и выживания. – Орел : Межрегиональная академия безопасности и выживания, 2014. – 126 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428625 . – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

12. Научно-методическая деятельность в физической культуре, спорте и туризме : учебное пособие : [16+] / В. М. Гелецкий, Н. В. Сурикова,

С. Н. Чернякова, В. В. Тельных ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2022. – 216 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=705528 . – ISBN 978-5-7638-4630-0. – Текст : электронный.

13. Организация детско-юношеского и молодежного туризма : учебное пособие / И. Е. Карасев, Е. В. Кулагина, О. В. Лукина, Б. К. Смагулов ; Омский государственный технический университет. – Омск : Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2017. – 92 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493421

14. Полухина, А.Н. Туризм: учебно-методическое пособие по выполнению выпускной квалификационной работы / А. Н. Полухина. – Йошкар-Ола: Поволжский государственный технологический университет, 2021. – 52 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=621742

15. Соболев, С. В. Совершенствование тренировочного процесса в спортивном туризме в дисциплине «Дистанции – пешеходные» / С. В. Соболев, Н. В. Соболева ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2014. – 134 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364618 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7638-3112-2. – Текст : электронный.

16. Спортивно-оздоровительный туризм : учебное пособие : [16+] / С. В. Соболев, Н. В. Соболева, Е. А. Николаев [и др.] ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2021. – 180 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=706622 . – Библиогр.: с. 155-157. – ISBN 978-5-7638-4501-3. – Текст : электронный.

17. Стеблецов, Е. А. Спортивно-оздоровительный туризм и спортивное ориентирование : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, Ю. С. Воронов, В. В. Севастьянов ; под общей редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 195 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13274-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/567314 .

18. Теория и методика спортивного туризма [Электронный ресурс] : учебник / ред.: В.А. Таймазов, ред.: Ю.Н. Федотов. – М. : Советский спорт, 2014. – 424 с.: ил. – ISBN 978-5-9718-0647-9. —– Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271139

19. Туризм и спортивное ориентирование : учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. К. Г. Зеленский, А. В. Абрамов, Д. Н. Безлепкин ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [и др.]. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018. – 132 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=562693 . – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru
4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
10. Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные

вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

● необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;

● записывать удобнее на одной стороне листа;

● записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;

● следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;

● на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.
2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.
3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.
4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.
5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.
6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов,

предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления *7 – 10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список использованной литературы.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат заканчивается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.

2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Мультимедийное оборудование
2. Спортивное снаряжение:
   - система страховочная;
   - веревка страховочная;
   - карабин муфтовочный;
   - карабин автоматический;
   - рюкзак туристский;
   - палатка туристская;
   - коврик туристский;
   - спальный мешок;
   - петли вспомогательные (разного диаметра);
   - тормозные устройства (восьмерка, капелька);
   - фиксирующие устройства (Жумар);
   - топор;
   - тент;
   - костровое устройство;
   - столик туристский;
   - стул туристский;
   - призма для спортивного ориентирования;
   - компас спортивный;
   - компостер для спортивного ориентирования;
   - карты спортивные, топографические;
   - курвиметр;
   - ролики одинарные, двойные;
   - секундомер;
   - сигнальная лента;
   - туристская аптечка;

- набор котлов для приготовления пищи;

3. Библиотечный фонд
4. Аудиторный фонд

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект

			приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»
Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»,

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«09» июня 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой А.В. Шукаева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и
молодёжной политике
А.В. Мазурина
«11» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ОБУЧЕНИЕ СЛУЖЕНИЕМ

основной профессиональной образовательной программы

по направлению подготовки
49.03.03. Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм,
направление- «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная
Курс - 2
Семестр -4
Итоговая форма контроля-зачет

Рабочую программу разработала:
кандидат пед. наук, доцент
Шукаева А.В.

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта …….. 3
2. Результаты обучения по дисциплине……. 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП……. 7
4. Объем дисциплины и виды учебной работы……..... 7
5. Содержание дисциплины…… 7
5.1. Количество часов по видам занятий…… 7
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий……... 8
5.2.1. Содержание лекционных занятий……. 8
5.2.2. Содержание практических занятий……..…… 9
6. Самостоятельная работа студентов……..... 12
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации….. 15
7.1. Этапы формирования компетенций …….. 15
7.2. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины…….. 17
7.2.1.Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 17
7.2.2.Вопросы к зачету…. ……..... 18
8. Перечень основной и дополнительной литературы……. 19
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины……. 20
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины…… 20
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины…… 20

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт 3++ по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» утвержден Приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 г. №943.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включает:

01 Образование и наука (в сфере дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, в сфере санаторно-курортного отдыха и лечения);

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники могут готовиться к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

тренерский;
педагогический;
рекреационно-оздоровительный;
организационно-методический;
организационно-управленческий;
научно-исследовательский.

Профессиональные стандарты (ПС):

ПС – 01.001 Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (воспитатель, учитель).

1.2. Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Обучение служением» реализуется в рамках обязательной части дисциплин учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.03.03. Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм, направление- «Спортивно-оздоровительный туризм».

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Обучение служением» состоит из самостоятельных разделов, посвященных теоретической и практической деятельности волонтерства.
Учебный процесс по дисциплине «Обучение служением» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекций и семинарских занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы.

1.2. Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Обучение служением» реализуется в рамках обязательной части дисциплин учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.03.03. Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм, направление- «Спортивно-оздоровительный туризм».

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Обучение служением» состоит из самостоятельных разделов, посвященных теоретической и практической деятельности волонтерства.

Учебный процесс по дисциплине «Обучение служением» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекций и семинарских занятий, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.

УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.

ПК-6 – способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание.

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает

сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	**Профессиональный стандарт и код трудовой функции**	**Компетенции**
Знать: -понятийный аппарат, необходимый для восприятия методологии обучения служению; - основные направления политики государства применительно к обучению служению; -способы взаимодействия волонтерских организаций с молодежью, с различными образовательными организациями. **Уметь:** -использовать социально-технологические методы при осуществлении профессиональной деятельности; -проводить сравнительный анализ представлений о волонтерстве и воспитании личности; -логически грамотно выражать и аргументировать свою точку зрения по проблематике курса; -самостоятельно работать с научной и учебной литературой; -свободно оперировать терминологией.; - использовать в своей деятельности профессиональную лексику; - организовывать и проводить массовые мероприятия. **Иметь опыт:** -ясно и аргументировано формулировать мысли в устной и письменной формах; -кооперации с коллегами и с внешней средой.; - использования методов и средств сбора информации, обобщения и использования информации о достижениях в профессиональной сфере, приемами агитационно-пропагандистской работы	ПС-01.001.Педагог педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (воспитатель, учитель).	УК-1

Знает: - сущности и социальной значимости своей профессии, основных проблем, определяющих конкретную область своей будущей профессии; их взаимосвязь в системе знаний; **Умеет:** - использовать в своей деятельности профессиональную лексику; **Имеет опыт:** - владения способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны; -методами проведения научных исследований в сфере профессиональной деятельности.	ПС-01.001.Педагог педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (воспитатель, учитель).	УК- 3
Знает: - принципы организации планированиея работы с молодыми людьми в молодежных сообществах по месту жительства и учебы, - особенности управления организацией волонтерства. **Умеет:** - применять педагогические приемы и техники, необходимыми для развития волонтерского движения в молодежной среде; -применять полученные в процессе обучения знания в практической деятельности по планированию и организации волонтерства. **Имеет опыт:** -участия в волонтерских, воспитательных проектах по реализации молодёжных программ; - взаимодействия с молодёжными СМИ.	ПС-01.001.Педагог педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (воспитатель, учитель).	ПК-6

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к обязательной части дисциплин основной профессиональной образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе, по очной форме обучения. Вид итоговой форме контроля - зачет. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: педагогика (обязательная часть);психология (обязательная часть).

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	семестр
Контактная работа преподавателей с обучающимися		10	4
Лекции		4	4
Семинары		6	4
Зачет		4	
Самостоятельная работа		58	4
Общая трудоемкость	**часы**	72	
	2ЗЕ		

5. Содержание дисциплины
5.1. Количество часов по видам занятий

№ п/п	Наименование тем и разделов	Всего (час)	Лекции (час)	Семи-нары (час)	Самост. работа (час.)
1.	Тема 1. Теоретические основы волонтерства: концепции служения, обучения служением и понимание феномена волонтерства.		2		6
2.	Тема 2. Теоретические основы волонтерства: концепции служения, обучение через служение, зарубежный опыт и определение ключевых понятий			2	6
3.	Тема 3. Правовое регулирование и организационные основы волонтёрской деятельности: права и обязанности волонтеров, принципы и инфраструктура				6

4.	Тема 4. Многообразие волонтёрской деятельности: от медицины и образования до экологии и чрезвычайных ситуаций.				6
5.	Тема 5. Психология волонтерства: анализ личностных характеристик, мотивационных факторов и профилактики профессионального выгорания.		2		6
6.	Тема 6. Психологические основы работы с целевыми группами в волонтёрской деятельности: коммуникация с больными, пожилыми людьми, инвалидами и оказание экстренной психологической помощи.			2	4
7.	Тема 7. Управление волонтёрскими командами: роли тимлидера, менеджера, координатора, оценка эффективности работы волонтеров и управление групповой динамикой.				6
8.	Тема 8. Лидерство в волонтёрских организациях: анализ концепций лидерства, стилей руководства, типологии лидеров и процесса командообразования.			2	6
6.	Тема 9. Обучение и развитие волонтеров: значение тренингов, принципы андрагогики и кибергогики, эффективные методы обучения и оценка результатов.				6
7.	Тема 10. Влияние на мотивацию и командную работу волонтеров: управление групповой динамикой и навыки публичных выступлений.				6
	Зачет	4			
	Итого	72	4	6	58

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий (4 часов)

Тема 1. Теоретические основы волонтерства: концепции служения, обучения служением и понимание феномена волонтерства.
Количество часов - 2

Понятие «служение». Понятие «обучение служением» и сервисное обучение. Западный опыт обучения служением. Понятия «волонтёр» и «волонтёрство».

Изучение темы направлено на приобретение знаний понятийного аппарата, необходимого для восприятия методологии и теоретических основ волонтерства;основных направлений политики государства применительно к волонтерскому движению; истоки и сущности волонтерского движения; использовать социально-технологические методы при осуществлении профессиональной деятельности; умений-проводить сравнительный анализ представлений о волонтерстве в различные периоды истории; логически грамотно выражать и аргументировать свою точку зрения по проблематике курса, ясно и аргументировано формулировать мысли в устной и письменной формах; имеет опыт-кооперации с коллегами и с внешней средой; использования методов и средств сбора информации, обобщения и использования информации о достижениях в профессиональной сфере, приемами агитационно-пропагандистской работы. (УК-3; ОПК-2; ПК-3).

Тема 2. Психология волонтерства: анализ личностных характеристик, мотивационных факторов и профилактики профессионального выгорания.

Количество часов – 2

Доминирующий инстинкт. Психосоциотипы. Характер. Акцентуации характера. Мотивация волонтеров. Эмоциональное выгорание. Саморегуляция эмоциональных состояний как профилактика профессиональных деформаций и болезней.

Изучение темы направлено на приобретение знаний - сущности и социальной значимости своей профессии, основных проблем, определяющих конкретную область своей будущей профессии; их взаимосвязь в системе знаний; историю развития волонтерства в России. Умений- использовать в своей деятельности профессиональную лексику; имеет опыт: владения способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны; методами проведения научных исследований в сфере профессиональной деятельности. (УК-3; ОПК-2; ПК-3).

5.2.2. Темы и планы семинарских занятий (6 часов)

Тема 1.1. Теоретические основы волонтерства: концепции служения, обучение через служение, зарубежный опыт и определение ключевых понятий

Количество часов- 2 часа

Вопросы:

1.История становления волонтерства.

2.Становление волонтерства в зарубежных странах.

3.Становление волонтерства в России.

Литература:

1. Гаете Сепулведа М.А. Обучение служением через проектно-прикладную деятельность Методические рекомендации для университетов АНО «Агентство социальных инвестиций и инноваций», отв. ред. М.Ю. Славгородская. - М.: Грифон, 2022 г. - 90 с.

2. Белановский Ю.С., Ширшова И.В. Мир социального волонтерства. — М.: ГБУ города Москвы «Мосволонтёр», 2018. — 96 с.

3. Доклад к XXIV Ясинской (Апрельской) международной научной конференции по проблемам развития экономики и общества, Москва, 2023 г. / Д. И. Земцов.

Изучение темы направлено на приобретение знаний понятийного аппарата, необходимого для восприятия методологии волонтерства; основных направлений политики государства применительно к волонтерскому движению; истоки и сущности российского волонтерства; использовать социально-технологические методы при осуществлении профессиональной деятельности; умений- проводить сравнительный анализ представлений о волонтерстве и воспитании личности в различные периоды истории; логически грамотно выражать и аргументировать свою точку зрения по проблематике курса, ясно и аргументировано формулировать мысли в устной и письменной формах; имеет опыт-кооперации с коллегами и с внешней средой; использования методов и средств сбора информации, обобщения и использования информации о достижениях в профессиональной сфере, приемами агитационно-пропагандистской работы. (УК-3; ОПК-2; ПК-3).

Тема 1.2. Психологические основы работы с целевыми группами в волонтёрской деятельности: коммуникация с больными, пожилыми людьми, инвалидами и оказание экстренной психологической помощи.

Количество часов -2 часа

Вопросы:

1. Психология общения с больными.

2. Психология взаимодействия с престарелыми клиентами. Психология взаимодействия с инвалидами.

3. Психология экстремальных ситуаций. Экстренная психологическая помощь.

Литература:

1. Рабочая тетрадь «Обучение служением» : учеб.-метод. пособие / М. Г. Сепулведа, В. С. Никольский, А. Н. Зленко и др. ; рук. авт. кол. Д. И. Земцов ; Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики». — М. : Изд. дом Высшей школы экономики, 2023. — 36 с. — 100 экз. — ISBN 978-5-7598-2957-7 (в обл.). — ISBN 978-5-7598-4019-0 (e-book). — URL: https://publications.hse.ru/pubs/share/direct/888966984.pdf (дата обращения: 24.11.2024) — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

2. Основы социального предпринимательства : Учебное пособие для

вузов / Белый Евгений Михайлович, Бакальская Елена Викторовна, Зимина Лариса Юрьевна [и др.]; под ред. Белого Е.М. - Москва : Юрайт, 2021. - 178 с. - (Высшее образование). - URL: https://urait.ru/bcode/476297 (дата обращения: 24.11.2024) — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3. Обучение служением: Методическое пособие / Под редакцией О.В. Решетникова, С.В. Тетерского. — М.: АВЦ, 2020. 216 с.(дата обращения: 24.11.2024) — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

4. Обучение служением : учебник / С.И. Самыгин, Л.Д. Столяренко 0-26 М.А. Суржиков[и др.]. — Москва: КНОРУС, 2024. — 444 с. — (Бакалавриат). — ISBN 978-5-40б-12152-8 — URL: https://clck.ru/3EppQV(дата обращения: 25.11.2024) — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

Изучение темы направлено на приобретение знаний - основных принципов государственной политики современной России в области волонтерского движения молодежи; - систему кооперации и коммуникации с общественностью и органами власти. Умеет**:**- участвовать в молодёжных мероприятиях;- организовывать и планировать работу с молодыми людьми в молодёжных сообществах, объединениях, организациях. Имеет опыт**:**- организации молодёжных мероприятий и социальных проектов гражданско-патриотической направленности(УК-3; ОПК-2; ПК-3).

Тема 1.3. Лидерство в волонтёрских организациях: анализ концепций лидерства, стилей руководства, типологии лидеров и процесса командообразования.

Количество часов – 2.

Вопросы:

1.Понятие и стили лидерства. Теории лидерства.

2. Типология лидерология лидеров. Командообразование.

Литература

1. Рабочая тетрадь «Обучение служением» : учеб.-метод. пособие / М. А. Г. Сепулведа, В. С. Никольский, А. Н. Зленко и др. ; рук. авт. кол. Д. И. Земцов ; Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики». — М. : Изд. дом Высшей школы экономики, 2023. — 36 с. — 100 экз. — ISBN 978-5-7598-2957-7 (в обл.). — ISBN 978-5-7598-4019-0 (e-book). — URL: https://publications.hse.ru/pubs/share/direct/888966984.pdf (дата обращения: 24.11.2024) — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

2. Основы социального предпринимательства : Учебное пособие для вузов / Белый Евгений Михайлович, Бакальская Елена Викторовна, Зимина Лариса Юрьевна [и др.]; под ред. Белого Е.М. - Москва : Юрайт, 2021. - 178 с. - (Высшее образование). - URL: https://urait.ru/bcode/476297 (дата обращения: 24.11.2024) — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3. Обучение служением: Методическое пособие / Под редакцией О.В. Решетникова, С.В. Тетерского. — М.: АВЦ, 2020. 216 с.(дата обращения:

24.11.2024) — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

4. Обучение служением : учебник / С.И. Самыгин, Л.Д. Столяренко 0-26 М.А. Суржиков[и др.]. — Москва: КНОРУС, 2024. — 444 с. — (Бакалавриат). — ISBN 978-5-40б-12152-8 — URL: https://clck.ru/3EppQV(дата обращения: 25.11.2024) — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

Изучение темы направлено на приобретение знаний - основных принципов государственной политики современной России в области волонтерского движения молодежи; - систему кооперации и коммуникации с общественностью и органами власти. Умеет**:** - участвовать в молодёжных мероприятиях; - организовывать и планировать работу с молодыми людьми в молодёжных сообществах, объединениях, организациях. Имеет опыт**:** - организации молодёжных мероприятий и социальных проектов гражданско-патриотической направленности (УК-3; ОПК-2; ПК-3).

6. Самостоятельная работа студентов

Содержание самостоятельной работы	**Форма контроля**	**Кол-во часов**
Работа с основной и дополнительной литературой по учебному курсу	Устный опрос, экзамен	
Подготовка к семинарским и лекционным занятиям	Устный, письменный опрос	
Тема 1. Теоретические основы волонтерства: концепции служения, обучения служением и понимание феномена волонтерства.	Опрос	6
Тема 2. Теоретические основы волонтерства: концепции служения, обучение через служение, зарубежный опыт и определение ключевых понятий	-//-	6
Тема 3. Правовое регулирование и организационные основы волонтёрской деятельности: права и обязанности волонтеров, принципы и инфраструктура	-//-	6
Тема 4. Многообразие волонтёрской деятельности: от медицины и образования до экологии и чрезвычайных ситуаций.	-//-	6
Тема 5. Психология волонтерства: анализ личностных характеристик, мотивационных факторов и профилактики		6

профессионального выгорания. Тема 6. Психологические основы работы с целевыми группами в волонтёрской деятельности: коммуникация с больными, пожилыми людьми, инвалидами и оказание экстренной психологической помощи. Тема 7. Управление волонтёрскими командами: роли тимлидера, менеджера, координатора, оценка эффективности работы волонтеров и управление групповой динамикой. Тема 8. Лидерство в волонтёрских организациях: анализ концепций лидерства, стилей руководства, типологии лидеров и процесса командообразования. Тема 9. Обучение и развитие волонтеров: значение тренингов, принципы андрагогики и кибергогики, эффективные методы обучения и оценка результатов Тема 10. Влияние на мотивацию и командную работу волонтеров: управление групповой динамикой и навыки публичных выступлений	-//- -//- -//- -//-	4 6 6 6 6
В процессе коллективной мыследеятельности (КМД) в микрогруппе разработайте один из социальных проектов с целью использования его в общеобразовательной школе и в организациях сферы дополнительного образования.	Диспут-общение	
Всего		58

Перечень основной и дополнительной литературы.

Основная

1. Рабочая тетрадь «Обучение служением»: учеб.-метод. пособие / М. Г. Сепулведа, В. С. Никольский, А. Н. Зленко и др. ; рук. авт. кол. Д. И. Земцов ; Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики». — М. : Изд. дом Высшей школы экономики, 2023. — 36 с. — 100 экз. — ISBN 978-5-7598-2957-7 (в обл.). — ISBN 978-5-7598-4019-0 (e-book). — URL: https://publications.hse.ru/pubs/share/direct/888966984.pdf (дата обращения: 24.10.2025) — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

2. Основы социального предпринимательства: Учебное пособие для вузов / Белый Евгений Михайлович, Бакальская Елена Викторовна, Зимина Лариса Юрьевна [и др.]; под ред. Белого Е.М. - Москва : Юрайт, 2021. - 178 с. - (Высшее образование). - URL: https://urait.ru/bcode/476297 (дата обращения: 24.10.2025) — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3. Обучение служением: Методическое пособие / Под редакцией О.В. Решетникова, С.В. Тетерского. — М.: АВЦ, 2020. 216 с. (дата обращения: 24.10.2025) — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

4. Обучение служением : учебник / С.И. Самыгин, Л.Д. Столяренко 0-26 М.А. Суржиков[и др.]. — Москва: КНОРУС, 2024. — 444 с. — (Бакалавриат). — ISBN 978-5-40б-12152-8 — URL: https://clck.ru/3EppQV(дата обращения: 25.10.2025) — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

Дополнительная

1. Сепулведа М.Г. Обучение служением через проектно-прикладную деятельность Методические рекомендации для университетов АНО «Агентство социальных инвестиций и инноваций», отв. ред. М.Ю. Славгородская. - М.: Грифон, 2022 г. - 90 с.

2. Белановский Ю.С., Ширшова И.В. Мир социального волонтерства. — М.: ГБУ города Москвы «Мосволонтёр», 2018. — 96 с.

3. Доклад к XXIV Ясинской (Апрельской) международной научной конференции по проблемам развития экономики и общества, Москва, 2023 г. / Д. И. Земцов, А. Основы проектной деятельности: учеб. пособие С. Г. Редько [и др.]. —СПб., 14. 2018.—84с. https://elib.spbstu.ru/dl/2/s18-134.pdf/view

4. Применение проектного метода обучения в инженерном вузе: Учебное пособие Павлова И. В., Шагеева Ф. Т., Хацринова О. Ю., Сангер Ф. А., Сунцова М. С.—В 2 частях, на русском и английском языке. — Казань: РИЦ «Школа», 2019. https://moodle.kstu.ru/pluginflle.php/276579/mod Учебноепособие kkmTY.pdf

5. Основы проектной деятельности : учебно-методическое пособие / сост. И. М. Дудина; Яросл. гос. ун-т им. П. Г. Демидова. Ярославль : ЯрГУ, 2019. http://www.lib.umyar.ac.ru/edo cs/iuni/20190601 .

6. Основы проектной деятельности : учебное пособие для обучающихся в системе 18. спо / Б. Р. Мандель. Москва; Берлин: Директ-

Медиа,2018. https://rl.nubex.m/s645-le6/fl 0872

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

В результате обучения по дисциплине студент должен:	**Профессиональный стандарт и код трудовой функции**	**Компетенции**
Знать: - понятийный аппарат, необходимый для восприятия методологии обучения служению; - основные направления политики государства применительно к обучению служению; -способы взаимодействия волонтерских организаций с молодежью, с различными образовательными организациями. **Уметь:** -использовать социально-технологические методы при осуществлении профессиональной деятельности; -проводить сравнительный анализ представлений о волонтерстве и воспитании личности; -логически грамотно выражать и аргументировать свою точку зрения по проблематике курса; -самостоятельно работать с научной и учебной литературой; -свободно оперировать терминологией.; - использовать в своей деятельности профессиональную лексику; - организовывать и проводить массовые мероприятия. **Иметь опыт:** -ясно и аргументировано формулировать мысли в устной и письменной формах; -кооперации с коллегами и с внешней средой.;	ПС-01.001.Педагог педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (воспитатель, учитель).	УК-1

- использования методов и средств сбора информации, обобщения и использования информации о достижениях в профессиональной сфере, приемами агитационно-пропагандистской работы		
Знает: - сущности и социальной значимости своей профессии, основных проблем, определяющих конкретную область своей будущей профессии; их взаимосвязь в системе знаний; **Умеет:** - использовать в своей деятельности профессиональную лексику; **Имеет опыт:** - владения способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны; -методами проведения научных исследований в сфере профессиональной деятельности.	ПС-01.001.Педагог педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (воспитатель, учитель).	УК- 3
Знает: принципы организации планированиея работы с молодыми - людьми в молодежных сообществах по месту жительства и учебы, - особенности управления организацией волонтерства. **Умеет:** - применять педагогические приемы и техники, необходимыми для развития волонтерского движения в молодежной среде; -применять полученные в процессе обучения знания в практической деятельности по планированию и организации волонтерства. **Имеет опыт:**	ПС-01.001.Педагог педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (воспитатель, учитель).	ПК-6

-участия в волонтерских, воспитательных проектах по реализации молодёжных программ; - взаимодействия с молодёжными СМИ.		

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

• ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

Эталонный – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать

7.2. Типовые контрольные задания или иные материал

7.2.1. Формы текущего, промежуточного контроля и итогового контроля

Формами текущего контроля являются:

1. Оценка знаний, сформированных умений студентов в процессе групповых занятий

2. Выполнение индивидуальной и коллективной деятельности в творческих заданиях.

Тематика социальных проектов

1. Социальная ответственность личности в современном мире: пути формирования.

2. Социальная ответственность молодого поколения: должное, возможное и реальное.

3. Социальная ответственность бизнеса: норма или позитивное исключение.

4. Роль социального служения в развитии гражданского общества.

5. Формы и методы организации благотворительности.

6. Формы и методы организации добровольческой деятельности.

7. Формы и методы правозащитной деятельности.

8. Формы и методы культурной и гуманитарной поддержки.

9. Обзор национальных программ в области добровольчества, благотворительности и правозащитной деятельности.

10. Волонтерство и его роль в системе социокультурных институтов современного российского общества.

12. Роль волонтерского движения в истории России движении.

13. Волонтерство и благотворительность: характер взаимосвязи.

14. Волонтерство и патриотизм в истории России: характер взаимосвязи (на конкретных примерах).

Форма итогового контроля - зачет

Курс «Обучение служением»» общим объемом 72 час. завершается недифференцированным зачетом, который охватывает: выявление уровня усвоения знаний; определение уровня сформированности умений, навыков; выполнение индивидуальной и в коллективной деятельности в творческих заданиях.

Обязательным условием получения зачета является защита социального проекта по одной из тем.

7.2.2. Вопросы к зачету

1. Понятие «Обучение Служением» и сервисное обучение.
2. Западный опыт обучения служением.
3. Понятия «волонтёр» и «волонтёрство».
4. История становления волонтерства в России и зарубежных странах.
5. Права, обязанности волонтера. Принципы волонтерства.
6. Инфраструктура волонтерства и основные направления волонтерства.
7. Психологические особенности волонтеров.
8. Темперамент и психосоциотипы.
9. Характер. Акцентуации характера.
10. Мотивация волонтеров.
11. Эмоциональное выгорание и саморегуляция эмоциональных состояний как профилактика профессиональных деформаций и болезней.
12. Медицинское добровольчество и психологическая подготовка волонтеров.
13. Развитие медицинского добровольчества в современной России.
14. Психология общения с больными.
15. Социальное волонтёрство и психологическая поддержка.
16. Задачи социального волонтерства.
17. Психология взаимодействия с престарелыми клиентами.
18. Развитие добровольчества (волонтерства) в образовании.
19. Развитие волонтерства в сфере физической культуры и спорта.
20. Волонтёрство в сфере культуры. Экологическое волонтёрство.
21. Психология взаимодействия с инвалидами
22. Корпоративное добровольчество.
23. Волонтёрство в чрезвычайных и экстремальных ситуациях.
24. Деятельность тимлидера.
25. Задачи менеджера и организатора волонтеров. Критерии оценки деятельности.
26. Теории и стили лидерства. Групповая динамика.
27. Командообразование.
28. Искусство публичного выступления.

8. Перечень основной и дополнительной литературы.

Основная

1. Рабочая тетрадь «Обучение служением»: учеб.-метод. пособие / М. Г. Сепульведа, В. С. Никольский, А. Н. Зленко и др. ; рук. авт. кол. Д. И. Земцов ; Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики». — М. : Изд. дом Высшей школы экономики, 2023. — 36 с. — 100 экз. — ISBN 978-5-7598-2957-7 (в обл.). — ISBN 978-5-7598-4019-0 (e-book). — URL: https://publications.hse.ru/pubs/share/direct/888966984.pdf (дата обращения: 24.10.2025) — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

2. Основы социального предпринимательства: Учебное пособие для вузов / Белый Евгений Михайлович, Бакальская Елена Викторовна, Зимина Лариса Юрьевна [и др.]; под ред. Белого Е.М. - Москва : Юрайт, 2021. - 178 с. - (Высшее образование). - URL: https://urait.ru/bcode/476297 (дата обращения: 24.10.2025) — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3. Обучение служением: Методическое пособие / Под редакцией О.В. Решетникова, С.В. Тетерского. — М.: АВЦ, 2020. 216 с. (дата обращения: 24.10.2025) — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

4. Обучение служением : учебник / С.И. Самыгин, Л.Д. Столяренко 0-26 М.А. Суржиков[и др.]. — Москва: КНОРУС, 2024. — 444 с. — (Бакалавриат). — ISBN 978-5-40б-12152-8 — URL: https://clck.ru/3EppQV(дата обращения: 25.10.2025) — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

Дополнительная

1. Сепульведа М.Г. Обучение служением через проектно-прикладную деятельность Методические рекомендации для университетов АНО «Агентство социальных инвестиций и инноваций», отв. ред. М.Ю. Славгородская. - М.: Грифон, 2022 г. - 90 с.

2. Белановский Ю.С., Ширшова И.В. Мир социального волонтерства. — М.: ГБУ города Москвы «Мосволонтёр», 2018. — 96 с.

3. Доклад к XXIV Ясинской (Апрельской) международной научной конференции по проблемам развития экономики и общества, Москва, 2023 г. / Д. И. Земцов, А. Основы проектной деятельности: учеб. пособие С. Г. Редько [и др.]. —СПб., 14. 2018.—84с. https://elib.spbstu.ru/dl/2/s18-134.pdf/view

4. Применение проектного метода обучения в инженерном вузе: Учебное пособие Павлова И. В., Шагеева Ф. Т., Хацринова О. Ю., Сангер Ф. А., Сунцова М. С.—В 2 частях, на русском и английском языке. — Казань: РИЦ «Школа», 2019. https://moodle.kstu.ru/pluginflle.php/276579/mod Учебноепособие kkmTY.pdf

5. Основы проектной деятельности : учебно-методическое пособие / сост. И. М. Дудина; Яросл. гос. ун-т им. П. Г. Демидова. Ярославль : ЯрГУ, 2019. http://www.lib.umyar.ac.ru/edo cs/iuni/20190601 .

6. Основы проектной деятельности : учебное пособие для

обучающихся в системе 18. спо / Б. Р. Мандель. Москва; Берлин: Директ-Медиа,2018. https://rl.nubex.m/s645-le6/fl 0872

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Официальный интернет-портал базы данных правовой информации http://pravo.gov.ru.
2. Электронные ресурсы Российской государственной библиотеки http://www.rsl.ru/ru/root3489/all.
3. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru.
4. Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/
5. База данных научных журналов на русском и английском языке ScienceDirect. Открытый доступ к метаданным научных статей по различным направлениям наук. Поиск рецензируемых журналов, статей, глав книг и контента открытого доступа http://www.sciencedirect.com/

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Содержание курса сориентировано на формирование в процессе профессиональной подготовки социально-ориентированной направленности личности и педагогического мышления, творческой индивидуальной и коллективной мыследеятельности, направленности личности на самосовершенствование. Освоение курса предполагает большой объем самостоятельной работы, который способствует повышению эрудиции, знаний в области профессионального становления будущего бакалавра по направлению подготовки «Организация работы с молодежью». Для этого необходимо изучить и осмыслить основную и дополнительную литературу по курсу. Знание и умение использовать профессиональные знания на практике как способ определения будущего специалиста по организации работы с молодежью. Индивидуальное выполнение заданий требует творческого подхода к изучению данной дисциплины. Этому способствует технология проведения учебных занятий по курсу и творческая работа над социальным проектом по одной из тем многочисленных направлений. Выбор темы социального проекта зависит от интереса и уровня подготовки к профессиональной деятельности.

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Комплект наглядных материалов по вопросам психолого-педагогических аспектов профессионального мастерства преподавания в высшей школе, специализированные видеоматериалы для проведения отдельных видов занятий.

2. Таблица. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для 2. Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий кафедры.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 310 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
2.	Аудитория № 309 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
3.	Аудитория № 308 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
4.	Аудитория № 312 – помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*74см.

5.	Аудитория № 306 – помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat
6.	Методический кабинет № 314 – специализированный кабинет для практикумов и тренингов по психологии и для самостоятельной работы	Укомплектован специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная двухэлементная 100*159см. Интерактивная панель EdFlat

**Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.*

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

3.Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса

4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»
Ответственный за ОПОП
к.п.н., доцент кафедры туризма
и спортивного ориентирования З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«28» мая 2026 г.
протокол № 14
Заведующая кафедрой О.А.Комачева

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ОСНОВЫ АНТИДОПИНГОВОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки
49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная
Курс – 3,4, семестр 6,7
Итоговая форма контроля: дифференцированный зачет

Рабочую программу разработала:
Шляхтина А.А., старший преподаватель кафедры

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта…3
2. Результаты обучения по дисциплине……. 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП……. 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы……..... 5
5. Содержание дисциплины……. 5
5.1. Количество часов по видам занятий…… 5
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий……... 7
6. Самостоятельная работа студентов……..... 13
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации ……. 16
8. Перечень основной и дополнительной литературы…….. 28
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины…… 29
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины… 29
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины…… 29

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки ***49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»*** утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от *19.09.2017 г. № 943.*

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

тренерские;
педагогические;
рекреационно-оздоровительные;
организационно-методические;
организационно-управленческие;
научно-исследовательские.

Профессиональные стандарты:

01.001 «Педагог» (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель);

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-7 – способен проводить работу по предотвращению применения допинга.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать		
- международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий.	01.001 – Педагог A/02.6 Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (воспитательная деятельность)	ОПК- 7
Уметь		
- определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ.	01.001 – Педагог A/02.6 Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (воспитательная деятельность)	ОПК - 7
Иметь опыт		
- проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам	01.001 – Педагог A/02.6 Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных	ОПК -7

противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте.	организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (воспитательная деятельность)	

3. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина относится к обязательной части, Б1.О.26 учебного плана. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3,4 курсе, в 6,7 семестре, по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля):диф. зачет.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: правовые основы ВК, историю фк.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Семестр	
		6	7
Контактная работа преподавателей с обучающимися		4	8
Лекции		2	2
Семинары		2	2
Промежуточная аттестация (диф.зачет)			4
Самостоятельная работа		30	30
Общая трудоемкость	часы	72	
	ЗЕ	2	

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Тема (разделы) учебной дисциплины	Лекции	Семинары	Самост. работа	Всего часов
Раздел 1. Введение в антидопинговую проблему	2		14	16
Раздел 2: Нормативно-правовая антидопинговая база		2	14	16
Раздел 3. Последствия применения допинга	2		14	16
Раздел 4. Профилактика применения допинга в современном спорте.		2	18	20

Всего часов (4 часа зачет):	4	4	60	68/4

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1. Содержание лекционных занятий.

Лекция 1. Тема: Понятие «допинг». Исторические аспекты возникновения допинга и борьбы с его употреблением в спорте. (2 часа).
Введение в антидопинговую проблему. Понятие « допинг». Исторические аспекты возникновения и потребления допинга. Исторические аспекты борьбы с допингом. Роль международных спортивных федераций, МОК в антидопинговой политике. Лозаннская декларация о допинге в спорте.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о проблемах допинга в современном спорте, исторических аспектах потребления и борьбы с допингом, участии международных спортивных комитетов в борьбе с допингом в спорте; умений самостоятельно приобретать и определять новые знания; формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ОПК-7). Литература: основная 1,2, дополнительная 1,2,3,4.

Лекция 2. Тема: Запрещенный список.
Порядок формирования списка запрещенных допинговых препаратов, классификация запрещенных веществ и методов. Физиологические механизмы действия допингов на организм спортсменов-представителей различных видов спорта и их негативные последствия в целом и в зависимости от классов используемых допингов. Характеристика препаратов, применяемых непосредственно в период соревнований. Характеристика препаратов, применяемых в течение длительного времени и в период предсоревновательной подготовки.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных группах запрещенных субстанций и методов, характер их действия, причины запрещения в спорте, краткосрочные и долгосрочные последствия применения; умений критически оценить свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков; навыков формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться (ОПК-7). Литература: основная 1,2, дополнительная 1,2,3,4.

5.2.2. Содержание семинарских занятий.

Тема1: Современная организационная структура противодействия внедрению допингов в спорт (институты и механизмы): WADA, NADA и их роль (2 часа)
План:

1. История создания антидопинговых организаций.
2. Структура, задачи, деятельность антидопинговых организаций.
3. Документы антидопинговых организаций.
4. Сотрудничество антидопинговых организаций.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о современной организационной структуре противодействия внедрения допингов в спорт; уметь критически оценить свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков (ОПК-7). Литература: основная 1,2, дополнительная 1,2,3,4.

Тема2: Законодательные акты в сфере антидопинговой борьбы. Антидопинговые правила, их нарушение. (2 часа)

План:

1.Олимпийская Хартия правило 48;
2.Конвенция ЮНЕСКО по борьбе с допингом;
3. Антидопинговая Конвенция Совета Европы;
4.Всемирные и международные антидопинговые стандарты.
5.Закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (статья 26).
6.Всемирный антидопинговый кодекс.
7.Понятие о нарушениях антидопинговых правил и возможные санкции за их нарушение.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о нормативно-правовой антидопинговой базе, умений самостоятельно приобретать и определять новые знания; навыков формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться (ОПК-7). Литература: основная 1,2, дополнительная 1,2,3,4.

6. Самостоятельная работа студентов

При изучении раздела студент самостоятельно готовиться по следующим темам:

№ п/п	Тема	Вопросы	Количество часов	Виды контроля
1	2	3	4	5
1.	Понятие « допинг». Исторические аспекты возникновения допинга и борьбы с его употреблением в спорте.	- Понятие допинга в спорте. -История применения допинга в спорте.	4	Устный опрос Реферат
2.	Современная	- ВАДА: история создания,	4	Устный опрос

	организационная структура противодействия внедрению допингов в спорт (институты и механизмы): WADA,NADA и их роль	структура. -РУСАДА: история создания, структура, деятельность. -Национальные антидопинговые организации: основные направления деятельности, цели, задачи.		Реферат
3.	Законодательные акты в сфере антидопинговой борьбы.	- Антидопинговые правила, их нарушение.	4	Устный опрос Реферат
4.	Запрещенный список	- Физиологические механизмы действия допингов на организм спортсменов, и их негативные последствия	4	Устный опрос Реферат
5.	Разрешение на терапевтическое использование	-Международный стандарт по терапевтическому использованию. -Критерии предоставления разрешения на терапевтическое использование. -Требования к конфиденциальности сведений.	4	Устный опрос
6.	Международный стандарт тестирования и расследований	- Основные права и обязанности спортсмена при его уведомлении о допинг тестировании и сопровождении на пункт допинг контроля - Особенности соревновательного и вне соревновательного допинг тестирования -Основные критерии отбора спортсменов для целевого допинг тестирования	4	Устный опрос
7.	Биологический паспорт спортсмена.	- Структура биологического паспорта спортсмена - Форма, цели, задачи биологического паспорта спортсмена. - Индивидуальные эталонные уровни в БПС.	4	Устный опрос
8.	Ущерб от внедрения допинга в	- Санкции, в случае нарушения антидопинговых правил.	4	Реферат Мультимедийн

	различные сферы общественной жизни	- Криминализация допинга и антидопинговое сотрудничество между NADO и органами уголовного преследования.		ый доклад
9.	Психологический портрет спортсмена, принимающего допинг	- Этическое обоснование запрещения допинга в спорте. - Психологический портрет спортсмена, принимающего допинг (спортивные ценности, честность, спортивная этика, спортивное поведение)	4	Дисскуссия
10.	Пищевые добавки и риск от их применения в избранном виде спорта	Недопинговые препараты, применяемые спортсменами Условия применения БАД в практике спортивной подготовки	4	Реферат Мультимедийный доклад
11.	Альтернатива допинга.	Применение разрешенных фармакологических препаратов Тренировка с использованием технических средств и тренажерных устройств Тренировка в среднегорье и высокогорье	10	Реферат Мультимедийный доклад
12.	Роль обслуживающего персонала, родителей, спортивных клубов, спонсоров, политиков, СМИ и общественной аудитории в допинговой проблеме.	- Мировой опыт разработки и внедрения антидопинговых образовательных программ в различных странах: сильные и слабые стороны	10	Разработка и защита творческого проекта - «Моя программа антидопингового просвещения» для различных групп населения. Антидопинговый плакат
	Итого		60	

Основная литература

1. Андриянова, Е.Ю. Основы антидопингового обеспечения [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Е.Ю. Андриянова.— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2017.— 73 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/603883

2. Федотова, В. Г. Допинг и противодействие его применению в спорте [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / В. Г. Федотова, Е. В. Федотова.— Малаховка: МГАФК, 2010.— 173 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/291709

3. Андриянова, Е.Ю. Спортивная медицина [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Е.Ю. Андриянова.— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2014.— 211 с. — ISBN 978-5-350-00290-4.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/279253

4. Граевская, Н.Д. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова.— М.: Спорт: Человек, 2018.— 712 с.: ил. — ISBN 978-5-906839-52-7.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/643232

Дополнительная литература

1. Воронков, Ю.И. Медико-биологические и психолого-педагогические проблемы здоровья и долголетия в спорте [Электронный ресурс]: очерки / Ю.И. Воронков, А.Я. Тизул.— М.: Советский спорт, 2011.— 228 с. — ISBN 978-5-9718-0521-2.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/187030

2. Штейнбах, В. Л. Оборотная сторона олимпийской медали: от Олимпии до Сочи[Электронный ресурс]: история Олимпийских игр в скандалах, провокациях, судейских ошибках и курьезах / В. Л. Штейнбах.— 2-е изд., испр. и доп. — М.: Спорт, 2015.— 497 с. — ISBN 978-5-9906578-7-8.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641229

3. Спортивная медицина [Электронный ресурс]: справочник для врача и тренера / пер.: А. Гнетова, пер.: Л. Потанич, пер.: М. Прокопьева; Всерос. Федерация легкой атлетики, Моск. регион.центр развития ИААФ.— 3-е изд. доп. и испр. — М.: Человек, 2013.— 329 с.: ил. — Пер. с англ. — ISBN 978-5-906131-10-2.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641297

4. Дёшин, Р.Г. Краткий справочник фармакологических препаратов, разрешённых и запрещённых в спорте [Электронный ресурс]: ежегод. сборник: [2016] / Р.Г. Дёшин.— М.: Спорт, 2016.— 65 с. — ISBN 978-5-906839-20-6.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641198

5. Сборник нормативных актов по дисциплине «Правовые основы физической культуры и спорта». Вып. 1 [Электронный ресурс]: сб. вып.1 / Авт.-сост.: Ушакова Н. А., Верина О. В.— М.: РГУФКСМиТ, 2013.— 322 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/236416

6. Сборник нормативных актов по дисциплине «Правовые основы физической культуры и спорта». Вып. 2 [Электронный ресурс]: сб. вып.2 / Авт.-сост.: Ушакова Н. А., Верина О. В.— М.: РГУФКСМиТ, 2013.— 420 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/236417

7. Справочник работника физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: норматив.правовые и программно-метод. документы, практ. опыт, рекомендации / А.В. Царик.— 5-е изд., доп. и испр. — М.: Спорт, 2018.— 1144 с. — ISBN 978-5-9500179-6-4 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/643233

7.Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
ОПК-7 - способен проводить работу по предотвращению применения допинга.	01.001 – Педагог А/02.6 Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (воспитательная деятельность)	**Знать** - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий. **Уметь** - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ. **Иметь опыт** - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте.

Рекомендации по оцениванию результатов достижения компетенций.

Показатели	**Критерии оценивания**	**Средства оценивания**
ОПК-7- способен проводить работу по предотвращению применения допинга.		
Знать - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий. **Уметь** - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ. **Иметь опыт** - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц;	**Пороговый уровень** (удовлетворительно): Знает – международные антидопинговые правила и стандарты; антидопинговое законодательство Российской Федерации; Умеет – осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; Имеет опыт – изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте.	Устный опрос
	Стандартный уровень (хорошо): Знает - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; международные антидопинговые правила и стандарты; антидопинговое законодательство Российской Федерации; Умеет - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; Имеет опыт - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте.	Тестирование

- изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте.	**Эталонный уровень** (отлично): Знает – международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; антидопинговое законодательство Российской Федерации; международные этические нормы в области противодействия применению допинга; планы антидопинговых мероприятий. Умеет – определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ. Имеет опыт - информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте.	Реферат с презентацией

Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом оценка качества подготовки студентов включает:

А. Текущую аттестацию.

В. Промежуточную аттестацию.

Текущая аттестация (представляет собой проверку усвоения учебного материала, регулярно осуществляемую на протяжении семестра.

Текущий контроль знаний студентов представляет собой:

- устный опрос (групповой или индивидуальный);
- тестирование (письменное);

- контроль самостоятельной работы студентов (в письменной или устной форме).

Промежуточная аттестация, осуществляется в конце изучения дисциплины. Основной формой промежуточной аттестации является зачет.

7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы

Примерная тематика рефератов

1.Понятие « допинг», исторические аспекты возникновения и борьбы с его употреблением в спорте.

2.Современная организационная структура противодействия внедрению допингов в спорт (институты и механизмы): WADA,NADA и их роль

3.Понятие о нарушениях антидопинговых правил и возможные санкции за их нарушение. Порядок формирования списка запрещенных допинговых препаратов, классификация запрещенных веществ и методов.

4.Терапевтическое использование препаратов, включенных в Запрещенный список(TUE).

5.Физиологические механизмы действия допингов на организм спортсменов-представителей различных видов спорта и их негативные последствия в целом и в зависимости от классов используемых допингов.

6.Характеристика препаратов, применяемых непосредственно в период соревнований. Характеристика препаратов, применяемых в течение длительного времени в период предсоревновательной подготовки.

7. Место допинга в различных сферах общественной жизни

(спорт высших достижений, массовый спорт, детско-юношеский спорт; общество)

8. Ущерб от внедрения допинга в различные сферы общественной жизни

9. Роль обслуживающего персонала, родителей, спортивных клубов, спонсоров, политиков, СМИ и общественной аудитории в допинговой проблеме.

10. Соревновательные и внесоревновательные тестирования, целевое тестирование (порядок и организация проведения; процедура допинг-контроля для крови и мочи).

11. Антидопинговые лаборатории (порядок функционирования от получения образца до отправки результата; ответственность и управление результатами). Создание биологического паспорта спортсмена.

12. Права и обязанности спортсменов-участников мероприятий по борьбе с допингом. Роль и обязанности обслуживающего персонала.

13. Мировой опыт разработки и внедрения антидопинговых образовательных программ в различных странах: сильные и слабые стороны

14. Криминализация допинга и антидопинговое сотрудничество между NADO и органами уголовного преследования.

15. Недопинговые (разрешенные) лекарственные средства и биологические активные добавки в практике спортивной медицины.

16. Перспективы решения проблемы допинга в олимпийском спорте

17. WADA.Антидопинговая политика.
18. Последствия применения допингов.
19. NADO. Роль и структура организации
20. РУСАДО. История появления, значение организации.
21. Допинг в детско-юношеском спорте.

Примерные тестовые вопросы

Вариант 1.

1. Как часто обновляется запрещенный список?

1. Каждый раз, когда в Кодекс вносятся изменения.
2. Один раз в год, обновленный список вступает в силу с 1 января.
3. Раз в месяц, в первый день месяца.
4. Только тогда, когда появляется запрещенный препарат/лекарство.

2. Новая версия Кодекса (с 2015 г.) в большей степени ориентирована на

1. организацию крупных мероприятий
2. обновление списка аккредитованных лабораторий WADA
3. образование
4. расследование.

3. *Что из ниже перечисленного НЕ является причиной борьбы с допингом.*

1. Допинг приводит к недобросовестной конкуренции.
2. Допинг ухудшает здоровье спортсменов.
3. Допинг дает преимущество более богатым странам.
4. Допинг противоречит спортивной идее (духу спорта).

4. *В случае наличия, использования или обладания запрещенной субстанцией, какой предусмотрен период дисквалификаци, если спортсмен не докажет, что употребление было непреднамеренным?*

1. 2 года
2. 4 года
3. 2 месяца

5. *Когда предоставляется образец **В**?*

1. В то же время, что и образец **А**.
2. Спортсмен может предоставить образец **В** в течение одного месяца после получения результатов образца **А**.
3. Нет необходимости для образца **В**, как только образец **А** показал отрицательную допинг-пробу.
4. Образец **В** предоставляется только в том случае, когда относительная плотность мочи слишком низка.

6. *Как только спортсмена проинформировали о том, что его выбрали для прохождения теста на допинг во время проведения соревнований:*

1. он должен пройти в пункт допинг-контроля один;
2. ему разрешается выбрать представителя для сопровождения в пункт допинг-контроля;

3. ему антидопинговой службой назначается сопровождающее лицо.

7. *Максимальное количество раз прохождения допинг - контроля за год:*

1. не более 3-х раз в год

2. не более 6-ти раз в год

3. неограниченное количество раз.

8. *Инъекционный тестостерон, положивший начало современной эры допинга был создан в:*

1. 1922 году;

2. 1935 году;

3. 1978 году.

9. *Стимуляторы - это:*

1. Химические препараты, активизирующие деятельность центральной нервной системы, позволяющие использовать «неприкосновенный запас» сил организма

2. Химические препараты, вызывающие ускоренный рост мышц и увеличение мышечной силы

3. Лекарственные препараты, стимулирующие спортивные результаты

10. *Ответственные сотрудники допинг - контроля обязаны проинформировать спортсменов о проведении тестов на допинг:*

1. за час до своего прибытия;

2. за сутки до своего прибытия;

3. предварительно не уведомляют спортсмена.

11. *Может ли спортсмен отказаться от прохождения допинг - контроля?*

1. да, если спортивная организация его страны официально оформила отказ прохождения допинг - контроля;

2. да, если в это время он участвует в соревновании;

3. нет, так как отказ от прохождения допинг - контроля приравнивается к обнаружению допинга в организме спортсмена.

12. *В каком году создано ВАДА:*

1. 1999

2. 1976

3. 2008

13. *Диуретики - это:*

1. Химические препараты, снижающие частоту сердечных сокращений и вызывающие антиаритмический эффект

2. Химические препараты, использующиеся для быстрой сгонки веса, а также снижения концентрации в моче других запрещенных препаратов

3. Лекарственные средства, регулирующие диурез

14. *Когда спортсмен может не сообщать в органы допинг - контроля о своем местонахождении?*

1. когда находится в отпуске;

2. если спортсмен получил травму и не участвует в соревнования;

3. должен сообщать о своем местонахождении всегда.

15. *Допинг в спорте это:*

1. лекарственные препараты, которые применяются спортсменами для повышения работоспособности в период тренировочного процесса

2. нарушение одного или нескольких антидопинговых правил.

3. метод улучшения спортивных результатов в период соревновательной деятельности.

16. *Какое минимальное количество мочи должен сдать спортсмен для анализа допинг контроля?*

1. 250 мл.

2. 90 мл

3. Если не может сдать необходимое количество мочи, будет предложено сдать анализ крови в дополнение к анализу мочи.

17. *РУСАДА это:*

1. Независимая Национальная антидопинговая организация

2. Русская административная система

3. Медицинская комиссия по проблемам допинга в России

18. *Антидопинговая олимпийская хартия - документ, определяющий единые основы допинг - контроля спортсменов, участвующих в соревнованиях по олимпийским видам спорта на национальном и международном уровнях, была принята в:*

1. 1980 году

2. 1987 году

3. 1993 году

19. *Кто имеет доступ к информации о местонахождении спортсмена, находящейся в антидопинговой службе?*

1. любые заинтересованные лица, включая прессу, могут получить доступ к информации;

2. любой сотрудник антидопинговой организации может проверить местонахождение спортсмена;

3. эти данные постоянно содержатся в строгой конфиденциальности и их использование ограничено персоналом антидопинговых организаций, ответственных за планирование программ тестирования.

20. *Тренер, содействующий спортсмену в приеме запрещенных препаратов, может быть наказан, в случае если спортсмен уличен в их приеме?*

1. да, к нему могут быть применены различные санкции;
2. нет, наказанию подвергается только спортсмен;
3. нет, наказанию подвергаются только спортсмен и врач.

Вариант 2

1. Как часто пересматривается список препаратов и методов, запрещенных для использования во время и вне спортивных соревнований?

1. раз в году;
2. один раз в два года;
3. перед Олимпийскими и Паралимпийскими играми.

2. *Допинговый контроль это:*

1. взятие биологических проб и их исследование

2. система контроля, включающая все стадии и процессы, начиная с планирования тестирования и заканчивая окончательным рассмотрением апелляции

3. установление факта использования спортсменами запрещенных средств.

3. *ВАДА это:*

1. Всероссийская антидопинговая организация

2. Врачебное добровольное агенство

3. Всемирное антидопинговое агентство

4. *В каком году создана РУСАДА?*

1. 776 г.

2. 2008 г.

3. 1999 г.

5. *Если у спортсмена есть опасения или вопросы по поводу процедуры тестирования, он может их выразить:*

1. во время сборы пробы;

2. в любое время после сбора пробы;

3. в течение суток через письменный запрос во Всемирное антидопинговое агентство.

6. *Если врач спортивной команды прописал лекарство спортсмену, которое привело к положительному результату на наличие допинга, то ответственность за применение допинга несет:*

1. сам спортсмен;

2. врач спортивной команды;

3. представители спортивной команды, где зафиксировано применение допинга.

7. *ADAMS – это:*

1. Всемирное антидопинговое агентство

2. Антидопинговая Организация России

3. Система антидопингового администрирования и менеджмента

8. *Запрещенный список это:*

1. список лекарственных препаратов

2. список запрещенных действий

3. список, устанавливающий перечень запрещенных субстанций и запрещенных методов.

9. *Допинг в спорте это:*

1. лекарственные препараты, которые применяются спортсменами для повышения работоспособности в период тренировочного процесса

2. нарушение одного или нескольких антидопинговых правил.

3. метод улучшения спортивных результатов в период соревновательной деятельности.

10. *Анаболические стероиды - это:*

1. Химические препараты, вызывающие ускоренный рост мышц и увеличение мышечной силы

2. Химические препараты, снижающие частоту сердечных сокращений и вызывающие антиаритмический эффект

3. Лекарственные средства для увеличения жировых масс

11. *Могут ли конкретного спортсмена международного уровня специально выбрать для прохождения допинг - контроля?*

1. нет, выбор должен осуществляться случайно;

2. да, спортсмена могут проверить целенаправленно;

3. только, если его очередь проходить допинг-контроль.

12. *Наркотики - это:*

1. Химические препараты, вызывающие ускоренный рост мышц и увеличение мышечной силы

2. Химические препараты, снижающие частоту сердечных сокращений и вызывающие антиаритмический эффект

3. Химические препараты, вызывающие эйфорию и чувство непобедимости, повышающие болевой порог, способствующие агрессивности

13. *Какие препараты могут принимать спортсмены с ограниченными возможностями?*

1. разрешенные для этого спортсмена медицинской комиссией Международного Паралимпийского Комитета или антидопинговой организацией своей страны

2. не входящие в общепринятый список запрещенных препаратов

3. любые

14. *Может ли спортсмен употреблять пищевые добавки?*

1. Да, если она приобретена в аптеке

2. Может только во вне соревновательный период

3. Да, если разрешена для применения в спорте

4. Не может

15. *Набор для сбора анализа для допинг контроля*

1. выдаёт допинг-инспектор

2. спортсмен выбирает сам

3. приносит тренер

16. *Что такое маскирующий агент?*

1. человек, помогающий спортсменам применять запрещенные препараты;

2. препарат или метод, позволяющий скрыть использование запрещенных препаратов;

3. клей для запечатывания крышки на бутылке с контрольной пробой.

17. *Регистрируемый пул тестирования – это:*

1. списки спортсменов высоко уровня, которые должны проверяться на допинг как в соревновательный, так и во вне соревновательные периоды

2. путь введения лекарственных препаратов в организм

3. система мер воздействия с целью предупреждения, профилактики нежелательного явления.

18. *Терапевтическое использование – это:*

1. уменьшение напряжения

2. процесс и результат усвоения и активного воспроизводства индивидом социального опыта, осуществляемый в общении и деятельности

3. прием лекарственных средств исключительно по медицинским показаниям

19. *Нарушение антидопинговых правил в индивидуальных видах спорта по результатам тестирования в соревновательный период ведет к:*

1. автоматическому аннулированию полученных на соревновании результатов

2. лишению медалей

3. предупреждению, и беседе с организаторами соревнования

20. *Что означает запрещенное сотрудничество?*

1. Тренер не может быть на пункте допинг-контроля вместе с его/её спортсменом.

2. Спортсмен не может работать вместе с тренером или врачом, который был дисквалифицирован из-за нарушения АДП.

3. Это новый запрещенный метод.

4. Все вышеприведенное.

Примерный перечень вопросов для промежуточной аттестации (зачет):

1. Понятие допинга в спорте.
2. История допинга в спорте.
3. История борьбы с применением допинга в спорте.
4. ВАДА: история создания, структура.
5. Основные направления деятельности ВАДА: цели, задачи.
6. Национальные антидопинговые организации: основные направления деятельности, цели, задачи.
7. РУСАДА: история создания, структура, деятельность.
8. Всемирный антидопинговый кодекс: задачи, содержание.
9. Процедура допинг контроля: основные этапы.
10. Основные критерии отбора спортсменов для целевого допинг-тестирования.
11. Особенности соревновательного вне соревновательного допинг-тестирования.
12. Основные права и обязанности спортсмена при его уведомлении о допинг тестировании и сопровождении на пункт допинг-контроля.
13. Разрешение на терапевтическое использование запрещенных субстанций. Процедура выдачи.
14. Основные этапы процедуры сбора пробы мочи, права и обязанности спортсмена.
15. Санкции, в случае нарушения антидопинговых правил.

16. Запрещенный список: процедура подготовки списка, критерии включения в список, принцип классификации.
17. Анаболические агенты: характеристика, применение в медицине, спорте. Побочное действие.
18. Пептидные гормоны, факторы роста: характеристика, применение в медицине, спорте. Побочное действие.
19. Бета 2 агонисты: характеристика, применение в медицине, спорте. Побочное действие.
20. Гормоны и модуляторы метаболизма: характеристика, применение в медицине, спорте. Побочное действие.
21. Диуретики и маскирующие агенты: характеристика, применение в медицине, спорте. Побочное действие.
22. Манипуляции с кровью и ее компонентами.
23. Химические и физические манипуляции.
24. Генный допинг: характеристика, применение в медицине, спорте. Побочное действие.
25. Стимуляторы: характеристика, применение в медицине, спорте. Побочное действие.
26. Наркотики: характеристика, применение в медицине, спорте. Побочное действие.
27. Каннабиноиды: характеристика, применение в медицине, спорте. Побочное действие.
28. Глюкокортикоиды: характеристика, применение в медицине, спорте. Побочное действие.
29. Алкоголь: характеристика, применение в медицине, спорте. Побочное действие.
30. Бета блокаторы: характеристика, применение в медицине, спорте. Побочное действие.
31. Антидопинговые правила.
32. Биологический паспорт спортсмена: цели, задачи, использование.
33. Биологический паспорт спортсмена: структура, характеристика.
34. АДАМС: цели, задачи, основные требования.
35. Лабораторный анализ допинг-контроля, обработка результатов проб.
36. Критерии отбора спортсменов для допинг-тестирования: пул тестирования, индивидуальное тестирование.
37. Критерии предоставления разрешения на терапевтическое использование запрещенных субстанций.
38. Олимпийская хартия: задачи, содержание, правило 43.
39. Конвенция ЮНЕСКО по борьбе с допингом: задачи, содержание.
40. Закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (статья 26).
41. Антидопинговая Конвенция Совета Европы (Антидопинговая Конвенция): основные положения.
42. Всемирные и международные антидопинговые стандарты.

43. Сотрудничество между антидопинговыми организациями, спортивными комитетами и органами уголовного преследования.
44. Лозаннская декларация о допинге в спорте: основные положения.
45. Альтернативные способы улучшения спортивных результатов.
46. Этическое обоснование запрещения допинга в спорте.
47. Особенности процедуры допинг-контроля у спортсменов с ограниченными возможностями.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература

1. Андриянова, Е.Ю. Основы антидопингового обеспечения [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Е.Ю. Андриянова.— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2017.— 73 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/603883
2. Федотова, В. Г. Допинг и противодействие его применению в спорте [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / В. Г. Федотова, Е. В. Федотова.— Малаховка: МГАФК, 2010.— 173 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/291709
3. Андриянова, Е.Ю. Спортивная медицина [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Е.Ю. Андриянова.— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2014.— 211 с. — ISBN 978-5-350-00290-4.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/279253
4. Граевская, Н.Д. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова.— М.: Спорт: Человек, 2018.— 712 с.: ил. — ISBN 978-5-906839-52-7.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/643232

Дополнительная литература

1. Воронков, Ю.И. Медико-биологические и психолого-педагогические проблемы здоровья и долголетия в спорте [Электронный ресурс]: очерки / Ю.И. Воронков, А.Я. Тизул.— М.: Советский спорт, 2011.— 228 с. — ISBN 978-5-9718-0521-2.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/187030
2. Штейнбах, В. Л. Оборотная сторона олимпийской медали: от Олимпии до Сочи[Электронный ресурс]: история Олимпийских игр в скандалах, провокациях, судейских ошибках и курьезах / В. Л. Штейнбах.— 2-е изд., испр. и доп. — М.: Спорт, 2015.— 497 с. — ISBN 978-5-9906578-7-8.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641229
3. Спортивная медицина [Электронный ресурс]: справочник для врача и тренера / пер.: А. Гнетова, пер.: Л. Потанич, пер.: М. Прокопьева; Всерос. Федерация легкой атлетики, Моск. регион.центр развития ИААФ.— 3-е изд. доп. и испр. — М.: Человек, 2013.— 329 с.: ил. — Пер. с англ. — ISBN 978-5-906131-10-2.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641297

4. Дёшин, Р.Г. Краткий справочник фармакологических препаратов, разрешённых и запрещённых в спорте [Электронный ресурс]: ежегод. сборник: [2016] / Р.Г. Дёшин.— М.: Спорт, 2016.— 65 с. — ISBN 978-5-906839-20-6.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641198

5. Сборник нормативных актов по дисциплине «Правовые основы физической культуры и спорта». Вып. 1 [Электронный ресурс]: сб. вып.1 / Авт.-сост.: Ушакова Н. А., Верина О. В.— М.: РГУФКСМиТ, 2013.— 322 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/236416

6. Сборник нормативных актов по дисциплине «Правовые основы физической культуры и спорта». Вып. 2 [Электронный ресурс]: сб. вып.2 / Авт.-сост.: Ушакова Н. А., Верина О. В.— М.: РГУФКСМиТ, 2013.— 420 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/236417

7. Справочник работника физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: норматив.правовые и программно-метод. документы, практ. опыт, рекомендации / А.В. Царик.— 5-е изд., доп. и испр. — М.: Спорт, 2018.— 1144 с. — ISBN 978-5-9500179-6-4 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/643233

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Электронно-библиотечная система НЦР «Руконт» [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://elibrary.ru/
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс].- Режим доступа:http://lib.sportedu.ru
4. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru/
5. Медицинская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.booksmed.com/
6. РАСМИРБИ: Общероссийская общественная организация «Российская ассоциация по спортивной медицине и реабилитации больных и инвалидов»: https://sportmed.ru/
7. World Anti-Doping Agency «WADA» [Электронныйресурс].- Режим доступа:https://www.wada-ama.org/
8. Национальная антидопинговая организация «РУСАДА»[Электронный ресурс].- Режим доступа:http://rusada.ru/
9. TheJournalofSportsScienceandMedicine (Спортивнаянаукаимедицина): журнал, публикующий научные исследования и статьи в области спортивной медицины (англоязычный ресурс): http://www.jssm.org/

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

В связи с ограниченным количеством часов и фундаментальным значением данного курса существенная нагрузка выпадает на самостоятельную работу

студента. Эта работа выполняется в произвольном временном режиме без непосредственного участия преподавателя. Освоение дисциплины осуществляется посредством интеграции аудиторной (лекционных и практических занятий) и самостоятельной работы.

С планами и кратким содержанием лекций, планами практических/семинарских занятий, а также заданиями для самостоятельной работы можно ознакомиться в методическом кабинете кафедры спортивной медицины и АФК.

Необходимо отметить, что не по всем темам предусмотрены все виды аудиторных занятий (лекции, практические/семинары). В этой связи для подготовки к практическим занятиям/семинарам, выполнения заданий из серии «для самостоятельной работы» обращайтесь за консультацией к ведущему преподавателю.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы.

При подготовке к зачету по теоретической части выделите в вопросе главное, существенное (понятия, признаки, классификации и пр.), приведите примеры социально-педагогической практики, иллюстрирующие теоретические положения. Варианты выполнения практических заданий предложите исходя из следующих критериев – «актуальность», «последовательность», «полнота», «креативность», «апробированность».

В целях оптимизации образовательного процесса в рамках изучения дисциплины студентам предлагается следующая тактика:

• внимательно изучите программу дисциплины;

• оцените степень полезности освоения данной учебной дисциплины для своего профессионального роста;

• изучите материалы для аудиторной работы по дисциплине (тематическое содержание лекций, планы семинарских занятий, мультимедийное сопровождение занятий);

• изучите материалы для самостоятельной работы и сопоставьте предложенные задания с имеющимися у вас ресурсами (выполненные ранее работы по близкой теме, знакомство с конкретной технологией во время практики, наличие литературы по проблеме, предложенной в качестве предмета исследования, и т. д.);

• заведите электронную папку для Интернет-ресурсов, найденных Вами при подготовке к занятиям, соотнесите темы электронных материалов с вопросами контрольных работ и экзамена (это поможет Вам подготовиться к промежуточной и итоговой аттестации);

• выберите из проблемного поля курса интересующую вас тему для углубленного изучения (она может быть связана с вашей исследовательской деятельностью);

• найдите партнеров из числа сокурсников для выполнения групповых учебных заданий;

• в конце изучения каждого учебного элемента курса постарайтесь оценить результаты своей деятельности и сформулировать пожелания преподавателю по совершенствованию образовательного процесса.

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для проведения аудиторных занятий имеется специализированная аудитория, оборудованная мультимедийным проектором.

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 301 -помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 22; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная.
2.	Аудитория № 303 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 22; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная.
	Аудитория № 304 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 22; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная.

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на	16.08.2016	Интернет-браузер

	использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/		
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано

Ответственный за ОПОП по направлению
49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»,
к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТУРИЗМА И СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ТЕХНОЛОГИЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПОХОДОВ ВЫХОДНОГО ДНЯ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: заочная

Курс 2-3
Семестр 3-5
Итоговая форма контроля – дифференцированный зачёт

Рабочую программу разработал:
Брайцева В.А., к.п.н., доцент кафедры

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объём дисциплины и виды учебной работы 5
5. Содержание дисциплины 6
5.1 Количество часов по видам занятий 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 6
5.2.1 Содержание лекционных занятий 6
5.2.2 Содержание практических занятий 7
6. Самостоятельная работа студентов 8
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 9
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 9
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 12
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 12
7.2.2 Вопросы к дифференцированному зачёту 15
7.2.3 Тестовые задания 16
8. Перечень основной и дополнительной литературы 17
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 19
9.1 Электронные библиотечные системы 19
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 19
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 21
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 24
12. Лицензионное программное обеспечение 26

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции,

отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-10 – способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников туристских и рекреационных мероприятий, в том числе с учётом различной возрастно-половой группы

ОПК-13 – способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий

	Соотнесённые профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания		
Методы, формы организации деятельности и общения, техники и приемы вовлечения обучающихся в деятельность и общение при организации и проведении досуговых мероприятий	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»	ОПК-10
Основ техники преодоления препятствий	05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»; 33.023 «Инструктор-проводник»	ОПК-13
Техники и приёмов вовлечения в деятельность, мотивации к освоению избранного вида деятельности	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»	ОПК-10
Основ спортивно-массовой работы	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	ОПК-13
Умения		
Обладать навыками планирования занятия по физическому воспитанию, тренировочного занятия с учётом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей группы	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;	ОПК-10

	05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»	
Управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность	01.001 «Педагог»; 01.007 «Специалист, участвующий в организации деятельности детского коллектива (вожатый)	ОПК-10
Навыки и /или опыт деятельности		
Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»	ОПК-13
Подготовки походов выходного дня	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»; 05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»; 33.023 «Инструктор-проводник»	ОПК-10, ОПК-13

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к Блоку 1 базовой части образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2-3 курсах по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации – дифференцированный зачет на 5 семестре. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: анатомия и морфология человека, базовые виды физической культуры, дисциплины специализации.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Всего часов	Семестр
Контактная работа преподавателя со студентами	12	3-5
Лекции	4	3, 4
Практические занятия	8	3, 4, 5
Лабораторные работы	0	

Аттестация – зачёт	4	5
Самостоятельная работа	128	
Общая трудоёмкость часы	144	
Зачетные единицы	4	

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа
1.	Личное и групповое туристское снаряжение	18	2	-	16
2.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	18	-	2	16
3.	Питание в походе.	22	2	-	20
4.	Туристские возможности родного края	30	-	-	30
5.	Организация безопасности при проведении походов выходного дня.	20	-	2	18
6.	Технология подготовки походов выходного дня.	32	-	4	28
	Аттестация дифференцированный зачет	4			
	Всего часов	144	4	8	128

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

1. Личное и групповое туристское снаряжение (2 часа)

Понятие о личном и групповом туристском снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Как готовить личное снаряжение к походу.

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение ремонтной аптечки. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др. Особенности снаряжения для зимнего похода.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по составу основного и специального туристского снаряжения, требований к нему и его особенностях.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональный компетенций ОПК-10, ОПК-13.

2. Питание в походе (2 часа)

Значение правильного питания в походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках.

Приготовление пищи на костре.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по особенностям подбора продуктов при организации походов.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональный компетенций ОПК-10, ОПК-13.

5.2.2 Содержание практических занятий

Занятие 1 (2 часа). Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.).

Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака.

Организация по развертыванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров.

Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.

Уборка места лагеря перед уходом группы.

Изучение темы направлено на приобретение знаний, умений и опыта по основным организационным и хозяйственным работам при организации туристских привалов, ночлегов и стоянок.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональный компетенций ОПК-10, ОПК-13.

Занятие 2 (2 часа). Санитарно-эпидемиологические требования при проведении походов выходного дня.

Туристский маршрут как источник опасности. Порядок движения группы в населенном пункте, вдоль дорог, при пересечении дорог.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по санитарным нормам при проведении походов выходного дня в России и за рубежом.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональный компетенций ОПК-10, ОПК-13.

Занятие 3-4 (4 часа). Составление плана похода: определение задачи (цели похода); подбор группы участников; распределение обязанностей среди участников похода, определение района похода; сбор сведений о районе путешествия, разработка маршрута; составление календарного плана; составление сметы похода; подбор личного снаряжения; подбор группового снаряжения; организация питания; документация похода; подведение итогов похода.

Изучение темы направлено на приобретение знаний, умений и опыта по порядку разработки и подготовки к проведению походов выходного дня.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональный компетенций ОПК-10, ОПК-13.

6. Самостоятельная работа студентов

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Личное и групповое туристское снаряжение	16	Устный ответ	3 семестр
Организация привалов и ночлегов в экстремальных ситуациях	16	Сообщение	3 семестр
Организация питания в туристском походе	20	Письменная работа	4 семестр
Обзор туристских возможностей родного края	30	Сообщение с презентацией	4 семестр
Памятка безопасности при проведении походов выходного дня в разных видах туризма	18	Конспект	4 семестр
Подготовка картографического материала маршрута похода выходного дня	8	Письменная работа	5 семестр
Творческий проект организации похода выходного дня	20	Письменная работа	5 семестр
Итого	128		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с

преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;
4. Работа с материалами УМК.

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом, у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат. В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ОПК-10 – способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников туристских и рекреационных мероприятий, в том числе с учётом	*01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»:* А/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы; А/04.6 – Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы; *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры*	Знает (пороговый уровень): – основы воспитательной работы с различным контингентом людей в области рекреационно-оздоровительной деятельности; – направления организации совместной деятельности участников туристских и рекреационных мероприятий; – знает возрастно-половые

различной возрастно-половой группы	*и спорта»:* B/01.4 – Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке; B/02.4 – Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной медицине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях; *05.003 «Тренер»:* B/03.6 – Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся; *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; A/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; *01.001 «Педагог»:* A/02.6 – Воспитательная функция; *01.007 «Специалист, участвующий а организации деятельности детского коллектива (вожатый)* A/02.1 – Сопровождение деятельности временного детского коллектива в организации отдыха детей и их оздоровлении под руководством педагогического работника *33.023 «Инструктор-проводник»;* A/01.5 – Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом; A/02.5 – Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекинги;	различия групп при проведении туристских и рекреационных мероприятий; Умеет (стандартный уровень): – проводить воспитательный процесс с занимающимися туризмом и рекреационно-оздоровительной деятельностью; – проводить совместную деятельность участников туристских и рекреационных мероприятий; Владеет опытом (эталонный уровень): – планирования и проведения мероприятий с различным контингентом людей; – организации и проведения оздоровительной и воспитательной работы в различным контингентом;
ОПК-13 – способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а	*05.007 «Спортивный судья»:* A/01.3 – Визуальный контроль соблюдения условий проведения спортивных соревнований в соответствии с правилами вида спорта, положением (регламентом) о спортивном соревновании; C/01.4 – Обеспечение готовности спортивного и технологического оборудования, инвентаря и экипировки к проведению спортивного соревнования; D/01.5 – Организация работы	Знает (пороговый уровень): – цели и задачи, методы, средства и приемы туристско-краеведческой, спортивной, рекреационно-оздоровительной деятельности; – основные документы для проведения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий;

также осуществлять судейство мероприятий	секретариата спортивного соревнования; *05.003 «Тренер»:* A/01.5 – Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по общей физической подготовке по виду спорта; A/02.6 – Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по специальной физической подготовке по виду спорта; B/03.6 – Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся; B/06.6 – Координация соревновательной деятельности занимающихся *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; A/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; A/10.6 – Осуществление организации и судейства соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* B/01.4 – Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке; B/02.4 – Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной медицине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях; *01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»:* A/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы; *33.023 «Инструктор-проводник»;* A/01.5 – Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;	Умеет (стандартный уровень): – использовать занятия спортивно-оздоровительным туризмом для формирования гармонически развитой личности; – решать образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи в процессе проведения занятий спортивно-оздоровительным туризмом; – составлять программу рекреационно-оздоровительного, физкультурно-массового, туристского, краеведческого, спортивного мероприятия; Владеет опытом (эталонный уровень): – организации и проведения рекреационно-оздоровительного, физкультурно-массового, туристского, краеведческого и спортивного мероприятия; – планирования и подготовкой похода выходного дня

	А/02.5 – Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекинги;	

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет – 5 семестр.

Критерии оценивания компетенций (результатов)

Оценивается по 4-хбалльной шкале. В критерии оценки компетенций по экзамену входят:

1.уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;

2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;

3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;

4. ответы на дополнительные вопросы.

При проектировании ожидаемых результатов следует предусмотреть различные *уровни оценки ожидаемых результатов:*

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Примерный перечень оценочных средств в соответствии с иерархией целей по Блуму

№	Уровень сложности	Глаголы для формулировки заданий	Оценочные средства
1.	Знание	Цитировать, перечислить, дать определение, изобразить, идентифицировать, составить список, назвать, указать, записать, повторить, выбрать, сформулировать, свести в таблицу, рассказать, воспроизвести,	Тест Опрос устный Письменные ответы на вопросы Собеседование (индивидуальное, групповое) Коллоквиум

		упорядочить, соотнести, отметить	Портфолио-коллектор (накопительное)
2.	Понимание	Определить, выделить, объяснить, находить различия, характеризовать, обсуждать, рассматривать в деталях, сделать сообщение, интерпретировать, сделать обзор, связать, уточнить, построить, преобразовать, расшифровать, выразить, переформулировать, рецензировать, привести примеры, описать	Тест Решение типовых ситуаций Эссе Портфолио оценочный
3	Применение	Применять, рассчитать, классифицировать, демонстрировать, доказать, инсценировать, модифицировать, исследовать, изменить, иллюстрировать, интерпретировать, разработать, упорядочивать выполнять, использовать, обнаруживать, устанавливать, завершить, составить (отчет, план, график и т.п.), решать (задачу, проблему), раскрыть	Наблюдение Кейс-задания Игра ролевая Компетентсностно-ориентированные задания(КОЗ) Практические контрольные задания (ПКЗ) Портфолио достижений Тренажер Расчетно-графическая работа Метод Дельфи («мозговой атаки»)
4	Анализ	Анализировать, оценивать, сравнить, распределять по категориям(категорировать), полемизировать, оспаривать, вывести, подразделить, изобразить схематически, различать, (проводить различие), находить различия, исследовать, изучать, применять, осуществлять эксперимент, идентифицировать, собрать сведения, резюмировать, выделять, отсеять, отсортировать, измерить, разделить	Кейс-задание Игра организационно-мыслительная Реферат Портфолио Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты Проект
5	Синтез	Систематизировать, собирать (монтировать), осуществить компиляцию, производить сборку, сочинять (писать), конструировать (придумывать), создавать, производить, разрабатывать модель, алгоритмизировать, управлять, организовать, спланировать, подготовить, предлагать, изобретать, обобщать, компоновать, строить, интегрировать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Профессионально-исследовательские задания (ПИЗ) Портфолио Проект
6	Оценка	осуществлять оценку, убедить, выбрать, сравнивать и находить отличия, критиковать, определять (устанавливать, принимать решение), определять стоимость, составлять	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Портфолио

		мнение, градировать (разбивать на этапы), сделать вывод, соизмерять (соотносить), осуществлять ранжирование, рекомендовать (предлагать), проверять (исправлять, видоизменять), обосновать, составить мнение, прогнозировать, защищать	Проект

Описание шкалы оценивания

Отметка «отлично» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные, заданные экзаменатором;

- студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями;

- при ответе на вопросы используются данные из дополнительной литературы;

- ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения;

- студент демонстрирует умение вести научную дискуссию.

Отметка «хорошо» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определённые затруднения в ответе на уточняющие вопросы;

– в ответе имеют место несущественные фактические неточности;

- недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов билета;

– в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

– знания имеют фрагментарный характер, имеются определённые неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;

– при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки;

– студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

– не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;

– допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;

– студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;

– в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;

– на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или даёт неверные ответы.

Задания в рамках индикаторов достижения компетенций оцениваются в процессе текущего контроля и являются обязательными в соответствии с утверждёнными в образовательной организации порядком промежуточной аттестации (как допуск к зачёту).

7.2.2 Вопросы к дифференцированному зачёту для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Технология организации походов выходного дня»:

1. Проблемы формирования группы и способы их решения.
2. Схемы маршрутов туристских походов.
3. Назначение запасных и аварийных участком маршрута.
4. Состав личного снаряжения и требования к нему.
5. Состав группового снаряжения и требования к нему.
6. Подготовка личного снаряжения для похода выходного дня с учётом сезона, условий похода.
7. Основные закономерности выбора продуктов питания для туристских походов выходного дня.
8. Возможности туриста по охране природы родного края в туристском походе.
9. Действия, необходимые для обеспечения безопасности в походах выходного дня.
10. Какие типы экстремальных ситуаций могут быть в туристском походе.
11. Характеристика основных объективных опасностей.
12. Характеристика основных субъективных опасностей.
13. Критерии определения цели и района похода.
14. Способы изучения района похода, путей подъезда к началу маршрута и отъезда при его завершении.
15. Должности в туристской группе – постоянные, временные.
16. Обязанности руководителя группы.
17. Обязанности заместителя руководителя группы по питанию.
18. Обязанности краеведа, краеведческие должности.
19. Основные требования к месту организации привала и бивака.
20. Виды и типы костров, правила выбора места для костра и его разведения.
21. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках.
22. Питьевой режим на маршруте.
23. Порядок движения группы на маршруте.
24. Туристские возможности родного края.
25. Использование картографического материала при проведении похода выходного дня

7.2.3 Тестовые задания для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Технология организации походов выходного дня»

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, который является правильным ответом

1. Какое снаряжение необходимо для проведения похода выходного дня:
   а – личное, групповое, специальное;
   б – лыжное, горное, водное;
   в – командное;
   г – техническое.
2. Какую посуду целесообразней брать в поход:
   а – фарфоровая;
   б – керамическая;
   в – стеклянная;
   г – эмалированная.
3. Как называется приспособление для предотвращения намокания обуви в лыжном походе:
   а – галоши;
   б – портянки;
   в – бахилы;
   г – капроновые носки.
4. Бивак это:
   а – жилище в условиях естественной природной среды;
   б – место расположения людей на отдых и ночёвку в условиях естественной природной среды;
   в – время приёма пищи в походе;
   г – место для проведения тренировок по туризму.
5. Какие костры используют для приготовления пищи, обогрева, сушки вещей:
   а – дымовые;
   б – пламенные;
   в – жаровые;
   г – сигнальные.
6. Особенности определения района для проведения походов выходного дня:
   а – курортные зоны;
   б – территории в национальных парках;
   в – пригородные районы, места около станций пригородных поездов и электричек;
   г – горные массивы.
7. Какой вариант маршрута используют при проведении похода выходного дня:
   а – основной;
   б – запасной.
   в – аварийный.

г – стартовый.

8. Какой документ оформляется при проведении некатегорийных походов:
   а – зачётная книжка;
   б – маршрутный лист;
   в – маршрутная книжка;
   г – путевой лист.
9. Где в советские времена вывешивали тематику походов выходного дня:
   а – автостанция;
   б – такси;
   в – станция метро;
   г – железнодорожный вокзал.
10. Как расшифровывается КЛМН:
   а – кружка, ложка, миска, нож;
   б – порядок букв в алфавите;
   в – кофта, лосины, майка, носки;
   г – кисель, лимон, манка, нектарин.

Ответы на вопросы для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Технология организации походов выходного дня»

1. - а
2. - г
3. - в
4. - б
5. - в
6. - в
7. - а
8. - б
9. - г
10. – а

8. Перечень основной и дополнительной литературы

1. Аницоева, Л. К., Основы спортивно-оздоровительного туризма : учебное пособие / Л. К. Аницоева. — Москва : КноРус, 2025. — 159 с. — ISBN 978-5-406-13537-2. — URL: https://book.ru/book/955358 . — Текст : электронный.

2. Базовая подготовка по спортивно-оздоровительному туризму / С. В. Соболев, В. М. Гелецкий, Е. А. Николаев [и др.] ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2016. – 230 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496992

3. Верещагина, Н. О. Походы выходного дня в системе физического воспитания студентов : учебное пособие : [16+] / Н. О. Верещагина, Л. Р. Пальтиель, В. П. Овчинников ; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2021. – 280 с. : ил. –

Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=691786

4. Кальсина, В. В. Гигиеническая оценка питания при занятиях физической культурой и спортом : практикум : [16+] / В. В. Кальсина, И. А. Кузнецов ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – 3-е изд., испр. и доп. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. – 112 с. : схем., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690242 . – Текст : электронный.

5. Константинов, Ю.С. Спортивно-оздоровительный туризм. Теория и практика: учебное пособие / Ю.С. Константинов. – М.: Советский спорт. 2023 – 350 с.

6. Кравчук, Т. А. Методологические аспекты внедрения спортивно-оздоровительного и рекреационного туризма в систему физического воспитания школьников / Т. А. Кравчук, Е. В. Гинжул, И. А. Зданович ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2023. – 318 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722485 . – Библиогр.: с. 200-231. – ISBN 978-5-91930-235-3. – Текст : электронный.

7. Крайнов, И. В. Спортивный туризм в образовательных организациях : настольная игра «В поход! На своих двоих» как элемент теоретической подготовки к туристическому походу : учебно-методическое пособие : [16+] / И. В. Крайнов ; под ред. Л. В. Азаровой ; Омский государственный педагогический университет. – Омск : Омский государственный педагогический университет (ОмГПУ), 2020. – 76 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=616255 . – Библиогр.: с. 59-60. – ISBN 978-5-8268-2272-2. – Текст : электронный.

8. Куприна, Л. Е. Технология разработки туристских маршрутов : учебное пособие : [16+] / Л. Е. Куприна ; Тюменский государственный университет. – Тюмень : Тюменский государственный университет, 2013. – 164 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573596 . – Библиогр.: с. 118 - 123. – ISBN 978-5-400-00825-2. – Текст : электронный.

9. 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 (Институт ЭУП), 2014. – 52 с. : табл., схем. – (Готов к труду и обороне). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364177 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8399-0503-0. – Текст : электронный.

10. Махов, С. Ю. Организация безопасности активного туризма : учебно-методическое пособие для высшего профессионального образования / С. Ю. Махов ; Межрегиональная академия безопасности и выживания. – Орел : Межрегиональная академия безопасности и выживания, 2014. – 126 с. : табл.,

схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428625 . – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

11. Спортивно-оздоровительный туризм : учебное пособие : [16+] / С. В. Соболев, Н. В. Соболева, Е. А. Николаев [и др.] ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2021. – 180 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=706622 . – Библиогр.: с. 155-157. – ISBN 978-5-7638-4501-3. – Текст : электронный.

12. Теория и методика спортивного туризма [Электронный ресурс] : учебник / ред.: В.А. Таймазов, ред.: Ю.Н. Федотов. – М. : Советский спорт, 2014. – 424 с.: ил. – ISBN 978-5-9718-0647-9. —– Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271139

13. Туризм и спортивное ориентирование : учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. К. Г. Зеленский, А. В. Абрамов, Д. Н. Безлепкин ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [и др.]. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018. – 132 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=562693 . – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

14. Широкова, Т. И., Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности : учебник / Т. И. Широкова, И. Н. Гернет, А. Б. Косолапов, М. С. Гернет. — Москва : КноРус, 2025. — 159 с. — ISBN 978-5-406-13848-9. — URL: https://book.ru/book/955960 . — Текст : электронный.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru

4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru

6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
10. Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

- необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;
- записывать удобнее на одной стороне листа;
- записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;
- следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;
- на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.
2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.
3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.
4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.
5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.
6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:
а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;
б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;
в) владение терминологией курса;
г) временной регламент выступления *7 – 10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):
• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);
• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);
• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:
• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список использованной литературы.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат заканчивается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Мультимедийное оборудование
2. Спортивное снаряжение:
   - система страховочная;
   - веревка страховочная;

- карабин муфтовочный;
- карабин автоматический;
- рюкзак туристский;
- палатка туристская;
- коврик туристский;
- спальный мешок;
- топор;
- тент;
- костровое устройство;
- столик туристский;
- стул туристский;
- компас спортивный;
- карты спортивные, топографические;
- туристская аптечка;
- набор котлов для приготовления пищи;

3. Библиотечный фонд
4. Аудиторный фонд

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win

	консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»,

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТУРИЗМА И СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ТУРИСТСКО-СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: заочная

Курс 2
Семестр 3-4
Итоговая форма контроля – экзамен

Рабочую программу разработал:
Брайцева В.А., к.п.н., доцент кафедры

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 7
4. Объём дисциплины и виды учебной работы 7
5. Содержание дисциплины 8
5.1 Количество часов по видам занятий 8
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 8
5.2.1 Содержание лекционных занятий 8
5.2.2 Содержание практических занятий 9
6. Самостоятельная работа студентов 11
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 11
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 11
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 15
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 15
7.2.2 Вопросы к экзамену 18
7.2.3 Тестовые задания 19
8. Перечень основной и дополнительной литературы 22
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 24
9.1 Электронные библиотечные системы 24
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 24
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 26
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 29
12. Лицензионное программное обеспечение 31

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции,

отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-10 – способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников туристских и рекреационных мероприятий, в том числе с учётом различной возрастно-половой группы;

ОПК-13 – способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий;

ПК-3 – способен осуществлять учебно-тренировочный процесс на различных этапах подготовки;

ПК-4 – способен осуществлять организацию судейства спортивных соревнований по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивного соревнования

	Соотнесённые профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания		
Источников, причин, видов и способов решения конфликтов	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»	ОПК-10
Основ техники преодоления препятствий	05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»	ОПК-13,
Особенностей построения процесса спортивной подготовки	05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»	ПК-3
Техники и приёмов вовлечения в деятельность, мотивации к освоению избранного вида деятельности	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»	ОПК-10
Технологии проведения игр, сборов и иных мероприятий во временном детском коллективе	01.007 «Специалист, участвующий в организации деятельности детского	ОПК-10, ОПК-15

	коллектива (вожатый)	
Основ спортивно-массовой работы	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»	ОПК-13
Методики обучения способам преодоления естественных препятствий	05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»; 33.023 «Инструктор-проводник»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»	ПК-3
Правил вида спорта	05.007 «Спортивный судья»	ОПК-13, ПК-4
Положения или регламентов по виду спорта	05.007 «Спортивный судья»	ОПК-13, ПК-4
Квалификационных требований к спортивным судьям по виду спорта	05.007 «Спортивный судья»	ОПК-13, ПК-4
Правил пользования туристским специальным снаряжением	05.009 ««Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования»;	ОПК-13, ПК-4
Умения		
Обладать навыками планирования занятия по физическому воспитанию, тренировочного занятия с учётом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей группы	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»; 05.003 «Тренер»	ОПК-10
Демонстрировать безопасные техники выполнения упражнения	05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»; 33.023 «Инструктор-проводник»; 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»	ПК-3
Подбирать материалы для проведения игр, организационных сборов, мероприятий и игр, направленных на формирование и развитие детского коллектива	01.007 «Специалист, участвующий в организации деятельности детского коллектива (вожатый)	ОПК-10, ОПК-15
Организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»; 05.003 «Тренер»;	ОПК-13

	05.012 «Тренер-преподаватель»; 33.023 «Инструктор-проводник»; 05.007 «Спортивный судья»;	
Организовывать и проводить занятия по физическому воспитанию в рамках туристско-спортивных мероприятий	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	ОПК-13
Пользоваться туристским специальным снаряжением	05.009 ««Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования»;	ОПК-13, ПК-4
Организовать работу секретариата и судей на этапах	05.007 «Спортивный судья»	ПК-4
Навыки и /или опыт деятельности		
Владения техникой преодоления туристских препятствий	05.003 «Тренер»	ПК-3
Формирования содержания тренировочного, физкультурно-оздоровительного занятия	05.003 «Тренер»; 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»	ПК-3
Судейства туристско-спортивных мероприятий	05.007 «Спортивный судья»	ПК-4
Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»	ОПК-13
Вовлечения населения различных возрастных групп в занятия спортивно-оздоровительным туризмом	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	ОПК-10
Организация и проведение рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»; 05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»; 33.023 «Инструктор-проводник»; 05.007 «Спортивный судья»;	ОПК-13
Использования туристского специального снаряжения	05.009 ««Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного	ОПК-13, ПК-4

	инвентаря и оборудования»;	
Проводить под руководством педагогического работника игр, сборов и иных мероприятий во временном детском коллективе	01.007 «Специалист, участвующий в организации деятельности детского коллектива (вожатый)	ОПК-10, ОПК-15

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к Блоку 1 базовой части образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации экзамен на 4 семестре. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: спортивно-оздоровительный туризм, технология организации походов выходного дня, первая доврачебная помощь в туризме, базовые виды физической культуры.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Всего часов	Семестр
Контактная работа преподавателя со студентами	18	3, 4
Лекции	8	3, 4
Практические занятия	10	3, 4
Лабораторные работы	0	
Аттестация – экзамен	9	4
Самостоятельная работа	189	
Общая трудоёмкость часы	216	
Зачетные единицы	6	

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа
1.	Туристский лагерь как педагогическое явление	12	2	-	10
2.	Технология организации и проведения полевого лагеря	34	2	2	30
3.	Использование сетевого планирования в организации слёта туристов	22	-	2	20
4.	Подготовка и проведение туристских слётов	36	-	4	32
5.	Нормативные документы в сфере спортивного туризма	38	2	-	36
6.	Организация и судейство отдельных видов соревновательной программы	40	2	2	36
7.	Организация и проведение соревнований по спортивному туризму	25	-	-	25
Аттестация		9			
	Всего часов	216	8	10	189

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

1. Туристский лагерь как педагогическое явление (2 часа)

Историческая справка появления туристских лагерей. Модели полевых туристских лагерей. Требования к проведению лагеря. Учебно-воспитательный процесс в полевом лагере. Питание в полевом лагере.

Изучение темы направлено на приобретение знаний об истории возникновения туристских лагерей и особенностях подготовки к их проведению.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-10, ОПК-13.

2. Технология организации и проведения полевого лагеря (2 часа)

Идея проведения лагеря. Планирование лагеря. Выбор профиля лагеря и района его проведения. Подготовка документации, комплектование состава участников лагеря. Кадровое обеспечение туристского лагеря. Примерный план подготовки и проведения полевого туристского лагеря районного масштаба.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по организации подготовительного периода при проведении туристских полевых лагерей.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-10, ОПК-13.

3. Нормативные документы в сфере спортивного туризма (2 часа)

Регламент проведения соревнований по группе дисциплин «Дистанция – водная», «Дистанция – пешеходная», «Дистанция – лыжная».

Изучение темы направлено на приобретение знаний об основных основополагающих документах в сфере туризма.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-10, ОПК-13, профессиональной компетенции ПК-4.

4. Организация и судейство отдельных видов соревновательной программы (2 часа)

Соревновательная программа в спортивном туризме. Основные этапы и их организация. Безопасность при организации и проведении соревнований по спортивному туризму.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о подготовительных мероприятиях по подготовке к проведению туристских соревнований.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-10, ОПК-13, профессиональной компетенции ПК-4.

5.2.2 Содержание практических занятий

Занятие 1 (2 часа). Разработка тематики и программы полевого лагеря согласно выбранному контингенту.

Разработка плана мероприятий для решения задач лагеря. Подбор сценариев для проведения лагерных и тематических дней.

Описание лагерных мероприятий, проведение учебно-тренировочных мероприятий лагеря.

Отчёт о выполнении программы лагеря.

Организационно-финансовое обеспечение и безопасность полевых лагерей. Технология проведения туристского полевого лагеря.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по особенностям подготовки и проведения туристских полевых лагерей и организации безопасности.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-10, ОПК-13, профессиональный компетенций ПК-3, ПК-4.

Занятие 2 (2 часа). Использование сетевого планирования в организации слёта туристов. Основные подготовительные работы слёта, представленные событиями. Кадровые вопросы. Документация. Место слёта. Инвентарь и снаряжение. Реклама. Специализированный автотранспорт. Массовые мероприятия.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по использованию сетевых графиков при подготовке туристского слёта.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-10, ОПК-13, профессиональной компетенции ПК-3.

Занятие 3-4 (4 часа). Подготовка и проведение туристских слётов.

Положение о мероприятии. Создание судейской коллегии. Место проведения слёта. Материально-техническое обеспечение. Организация питания участников и судей. Медицинское обслуживание. Организация досуга.

Разработка сетевого плана-графика проведения туристско-спортивного мероприятия.

Изучение темы направлено на приобретение знаний планирования туристско-спортивных мероприятий.

Изучение темы направлено на приобретение опыта разработки сетевого плана-графика.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-10, ОПК-13, профессиональный компетенций ПК-3, ПК-4.

Занятие 5 (2 часа). Мероприятия по организации туристского слёта. Обеспечение безопасности при проведении туристского слёта. Обеспечение картографическим материалом. Организация информации.

Организация и проведение конкурсной программы: конкурс туристских навыков, конкурс краеведов, конкурс фотографий, конкурс художественной самодеятельности и туристской песни, конкурс стенгазет, конкурс туристских самоделок, конкурс «Выживание в природной среде», конкурс «Туристские узлы» и т.д.

Организация и проведение технических этапов

Технология составления туристского слёта. Подготовка положения, условий и технической информации по проведению туристского слёта.

Планирование технических этапов на спортивных дистанциях. Проведение конкурсной программы. Подведение итогов слёта.

Подготовка отчётной документации по проведению туристского слёта.

Изучение темы направлено на приобретение знаний разработке и проведению туристских слётов.

Изучение темы направлено на приобретение опыта по организации и проведению соревнований и конкурсной программы в туристском слёте.

Изучение темы направлено на приобретение опыта по подготовке творческого проекта по теме: Организация туристского слёта.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-10, ОПК-13, профессиональный компетенций ПК-3, ПК-4.

6. Самостоятельная работа студентов

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
История организации туристских полевых лагерей	10	Доклад	3 семестр
Разработка сетевого плана-графика туристско-спортивного мероприятий	20	Письменная работа	3 семестр
Технология подготовки полевого лагеря	30	Творческий проект	4 семестр
Технология подготовки туристского слёта	32	Творческий проект	4 семестр
Нормативные документы в сфере спортивного туризма	36	Конспект	3, 4 семестр
Организация и судейство отдельных видов соревновательной программы	36	Конспект	3, 4 семестр
Организация и судейство соревнований по спортивному туризму	25	Опрос	3, 4 семестр
	189		

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ОПК-10 – способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников туристских и рекреационных мероприятий, в том числе с учётом различной возрастно-половой	*01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»:* A/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы; A/04.6 – Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы; *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* B/01.4 – Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической	Знает (пороговый уровень): – нормативную документацию в области спортивно-оздоровительного туризма; – основы воспитательной работы с различным контингентом людей в области рекреационно-оздоровительной деятельности; – направления организации совместной деятельности участников туристских и рекреационных мероприятий; – знает возрастно-половые

группы	подготовке; В/02.4 – Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной медицине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях; *05.003 «Тренер»:* В/03.6 – Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся; *05.012 «Тренер-преподаватель»:* А/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; А/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; *01.001 «Педагог»:* А/02.6 – Воспитательная функция; *01.007 «Специалист, участвующий а организации деятельности детского коллектива (вожатый)* А/02.1 – Сопровождение деятельности временного детского коллектива в организации отдыха детей и их оздоровлении под руководством педагогического работника *33.023 «Инструктор-проводник»;* А/01.5 – Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом; А/02.5 – Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекинги;	различия групп при проведении туристских и рекреационных мероприятий; Умеет (стандартный уровень): – проводить воспитательный процесс с занимающимися туризмом и рекреационно-оздоровительной деятельностью; – пользоваться основными документами в области спортивно-оздоровительного туризма; – проводить совместную деятельность участников туристских и рекреационных мероприятий; Владеет опытом (эталонный уровень): – планирования и проведения мероприятий с различным контингентом людей; – организации и проведения оздоровительной и воспитательной работы в различным контингентом;
ОПК-13 – способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство	*05.007 «Спортивный судья»:* А/01.3 – Визуальный контроль соблюдения условий проведения спортивных соревнований в соответствии с правилами вида спорта, положением (регламентом) о спортивном соревновании; С/01.4 – Обеспечение готовности спортивного и технологического оборудования, инвентаря и экипировки к проведению спортивного соревнования; D/01.5 – Организация работы секретариата спортивного соревнования; *05.003 «Тренер»:*	Знает (пороговый уровень): – цели и задачи, методы, средства и приемы туристско-краеведческой, спортивной, рекреационно-оздоровительной деятельности; – основные документы для проведения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий; – правила соревнований по спортивному туризму; – регламент группы спортивных

мероприятий	А/01.5 – Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по общей физической подготовке по виду спорта; А/02.6 – Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по специальной физической подготовке по виду спорта; В/03.6 – Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся; В/06.6 – Координация соревновательной деятельности занимающихся *05.012 «Тренер-преподаватель»:* А/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; А/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; А/10.6 – Осуществление организации и судейства соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* В/01.4 – Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке; В/02.4 – Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной медицине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях; *01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»:* А/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы; *33.023 «Инструктор-проводник»;* А/01.5 – Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом; А/02.5 – Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекинги;	дисциплин «дистанции-пешеходные»; Умеет (стандартный уровень): – использовать занятия спортивно-оздоровительным туризмом для формирования гармонически развитой личности; – решать образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи в процессе проведения занятий спортивно-оздоровительным туризмом; – проводить судейство отдельного технического этапа в туристских соревнованиях; – составлять программу рекреационно-оздоровительного, физкультурно-массового, туристского, краеведческого, спортивного мероприятия; Владеет опытом (эталонный уровень): – организации и проведения рекреационно-оздоровительного, физкультурно-массового, туристского, краеведческого и спортивного мероприятия; – судейства соревнований по спортивному туризму и спортивному ориентированию.

ПК-3 – способен осуществлять учебно-тренировочный процесс на различных этапах подготовки	*01.001 «Педагог»:* A/01.6 –Общепедагогическая функция. Обучение; A/02.6 – Воспитательная функция; A/03.6 – Развивающая деятельность; *05.003 «Тренер»:* A/01.5 – Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по общей физической подготовке по виду спорта; A/02.5 –Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по специальной физической подготовке по виду спорта; B/03.6 – Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся; B/05.6 – Проведение тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин); *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; A/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; *01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»:* A/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы; *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* B/01.4 – Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке; B/02.4 – Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной медицине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях *33.023 «Инструктор-проводник»;* A/01.5 – Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом;	Знает (пороговый уровень): - основные положения теории и методики организации учебно-тренировочного процесса в области спортивного туризма; Умеет (стандартный уровень): - разрабатывать документацию для проведения мероприятий по спортивно-оздоровительному туризму; - проводить теоретические и практические занятия по спортивно-оздоровительному туризму; - подбирать средства для организации и проведения учебно-тренировочного процесса на различных этапах подготовки; Владеет опытом (эталонный уровень): - планирования учебно-тренировочного процесса по спортивно-оздоровительному туризму; - подготовки документации по проведению учебно-тренировочного занятия; - проведения практического и теоретического учебно-тренировочного занятия;

	A/02.5 – Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекинги;	
ПК-4 – способен осуществлять организацию судейства спортивных соревнований по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивного соревнования	*05.007 «Спортивный судья»:* A/01.3 – Визуальный контроль соблюдения условий проведения спортивных соревнований в соответствии с правилами вида спорта, положением (регламентом) о спортивном соревновании; C/01.4 – Обеспечение готовности спортивного и технологического оборудования, инвентаря и экипировки к проведению спортивного соревнования; D/01.5 – Организация работы секретариата спортивного соревнования; *05.003 «Тренер»:* B/06.6 – Координация соревновательной деятельности занимающихся *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/10.6 – Осуществление организации и судейства соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* F/04.6 – Подготовка и проведение спортивно-зрелищных мероприятий	Знает (пороговый уровень): – правила соревнований по спортивному туризму; – регламент группы спортивных дисциплин «дистанции-пешеходные»; – положения ЕВСК по виду спортивный туризм; Умеет (стандартный уровень): - проводить судейство отдельного технического этапа в туристских соревнованиях в должности «судья этапа»; - проводить судейство отдельного технического этапа в туристских соревнованиях в должности «секретарь этапа»; - проводить судейство отдельного технического этапа в туристских соревнованиях в должности контролёр дистанции; Владеет опытом (эталонный уровень): – судейства отдельного технического этапа в туристских соревнованиях;

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Промежуточная аттестация: экзамен – 4 семестр.

Критерии оценивания компетенций (результатов)

Оценивается по 4-хбалльной шкале. В критерии оценки компетенций по экзамену входят:

1.уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;

2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;

3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;

4. ответы на дополнительные вопросы.

При проектировании ожидаемых результатов следует предусмотреть различные *уровни оценки ожидаемых результатов:*

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Примерный перечень оценочных средств в соответствии с иерархией целей по Блуму

№	Уровень сложности	Глаголы для формулировки заданий	Оценочные средства
1.	Знание	Цитировать, перечислить, дать определение, изобразить, идентифицировать, составить список, назвать, указать, записать, повторить, выбрать, сформулировать, свести в таблицу, рассказать, воспроизвести, упорядочить, соотнести, отметить	Тест Опрос устный Письменные ответы на вопросы Собеседование (индивидуальное, групповое) Коллоквиум Портфолио-коллектор (накопительное)
2.	Понимание	Определить, выделить, объяснить, находить различия, характеризовать, обсуждать, рассматривать в деталях, сделать сообщение, интерпретировать, сделать обзор, связать, уточнить, построить, преобразовать, расшифровать, выразить, переформулировать, рецензировать, привести примеры, описать	Тест Решение типовых ситуаций Эссе Портфолио оценочный
3	Применение	Применять, рассчитать, классифицировать, демонстрировать, доказать, инсценировать, модифицировать, исследовать, изменить, иллюстрировать, интерпретировать, разработать, упорядочивать выполнять, использовать, обнаруживать, устанавливать, завершить, составить (отчет, план,	Наблюдение Кейс-задания Игра ролевая Компетентсностно-ориентированные задания(КОЗ) Практические контрольные задания (ПКЗ) Портфолио достижений Тренажер Расчетно-графическая работа

		график и т.п.), решать (задачу, проблему), раскрыть	Метод Дельфи («мозговой атаки»)
4	Анализ	Анализировать, оценивать, сравнить, распределять по категориям(категорировать), полемизировать, оспаривать, вывести, подразделить, изобразить схематически, различать, (проводить различие), находить различия, исследовать, изучать, применять, осуществлять эксперимент, идентифицировать, собрать сведения, резюмировать, выделять, отсеять, отсортировать, измерить, разделить	Кейс-задание Игра организационно-мыслительная Реферат Портфолио Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты Проект
5	Синтез	Систематизировать, собирать (монтировать), осуществить компиляцию, производить сборку, сочинять (писать), конструировать (придумывать), создавать, производить, разрабатывать модель, алгоритмизировать, управлять, организовать, спланировать, подготовить, предлагать, изобретать, обобщать, компоновать, строить, интегрировать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Профессионально-исследовательские задания (ПИЗ) Портфолио Проект
6	Оценка	осуществлять оценку, убедить, выбрать, сравнивать и находить отличия, критиковать, определять (устанавливать, принимать решение), определять стоимость, составлять мнение, градировать (разбивать на этапы), сделать вывод, соизмерять (соотносить), осуществлять ранжирование, рекомендовать (предлагать), проверять (исправлять, видоизменять), обосновать, составить мнение, прогнозировать, защищать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Портфолио Проект

Описание шкалы оценивания

Отметка «отлично» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные, заданные экзаменатором;

- студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями;

- при ответе на вопросы используются данные из дополнительной литературы;

- ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения;

- студент демонстрирует умение вести научную дискуссию.

Отметка «хорошо» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определённые затруднения в ответе на уточняющие вопросы;

– в ответе имеют место несущественные фактические неточности;

- недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов билета;

– в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

– знания имеют фрагментарный характер, имеются определённые неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;

– при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки;

– студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

– не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;

– допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;

– студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;

– в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;

– на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или даёт неверные ответы.

Задания в рамках индикаторов достижения компетенций оцениваются в процессе текущего контроля и являются обязательными в соответствии с утверждёнными в образовательной организации порядком промежуточной аттестации.

7.2.2 Вопросы к экзамену для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Организация и проведение туристско-спортивных мероприятий»:

1. История появления полевых лагерей
2. Этапы подготовки туристских слётов
3. Требования к проведению туристского слёта
4. Особенности обеспечения безопасности при проведении слёта
5. Как используется сетевое планирование и управление (СПУ) в туризме
6. Какими признаками можно охарактеризовать СПУ
7. Особенности судейства различных конкурсов.

8. Организация и проведение творческих конкурсов
9. Как можно представить содержание и программу слёта
10. Как можно представить содержание и программу полевого лагеря
11. Примерный план работы оргкомитета туристского слёта
12. Примерный план подготовки полевого лагеря
13. Содержание подготовительного периода в подготовке полевого лагеря
14. Кадровое обеспечение лагеря
15. Модели профильных полевых туристских лагерей и содержание их деятельности
16. Состав судейской коллегии при проведении туристского слёта
17. Требования, предъявляемые к проведению туристского слёта (полевого лагеря)
18. Основные разделы положения о туристском слёте
19. Безопасности при проведении полевого лагеря
20. Программа и содержание полевых лагерей
21. Программно-нормативные документы в спортивно-оздоровительном туризме
22. Общие положения правил проведения соревнований туристских спортивных походов, путешествий и организации спортивных туров.
23. Кодекс путешественника.
24. Документация для проведения соревнований по спортивному туризму.
25. Показатели положенные в основу определения сложности туристских спортивных походов и путешествий
26. Основные требования к участникам спортивных походов
27. Основные требования к руководителям спортивных походов
28. Документы необходимые для участия в спортивном туристском походе
29. Виды туризма, по которым проводятся соревнования в спортивном туризме.
30. Какие организационные отличия в проведении соревнований по группе дисциплин «Дистанция» и «Маршрут».
31. Классификация соревнований по спортивному туризму.
32. Препятствия относящиеся к технически сложным этапам дистанции.
33. Препятствия относящиеся к технически простым этапам дистанции.
34. Содержание конкурсной программы соревнований.
35. Виды соревнований по спортивному ориентированию, включённые в программу соревнований по спортивному туризму.

7.2.3 Тестовые задания для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Организация и проведение туристско-спортивных мероприятий»

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, который является правильным ответом

1. Формы проведения лагеря:
   а – палаточный, стационарный;
   б – военный, стратегический;
   в – базовый, передвижной;
   г – летний, зимний.
2. Какой основной документ для проведения туристского лагеря:
   а – условия;
   б – положение;
   в – регламент;
   г – техническая информация.
3. Кто подбирает кадры для работы в лагере:
   а – директор;
   б – ректор;
   в – начальник;
   г – завуч по УВР.
4. Срок исполнения работ по подбору педагогического и инструкторского состава в лагерь:
   а – за 1 год;
   б – за 6 месяцев;
   в – за 3 месяца;
   г – за 1 месяц.
5. Кто занимается решением вопросов обеспечения радио- и телефонной связи:
   а – проводящая организация;
   б – начальник лагеря;
   в – завхоз;
   г – заместитель начальника лагеря.
6. Оптимальный срок проведения полевого лагеря:
   а – 14-21;
   б – 21-30;
   в – 7-14;
   г – 14-18.
7. Отметьте правильную последовательность этапов проведения слёта:
   а – разработка положения о слёте, подготовка к слёту, проведение слёта, подведение итогов слёта;
   б – подготовка к слёту, разработка положения о слёте, проведение слёта, подведение итогов слёта;
   в – проведение слёта, разработка положения о слёте, подготовка к слёту, подведение итогов слёта;
   г – подведение итогов слёта, разработка положения о слёте, подготовка к слёту, проведение слёта.
8. В чьи обязанности входит постановка дистанций:
   а – главный судья;
   б – заместитель главного судьи по виду соревновательной программы;

в – начальник дистанции;
г – судья-инспектор.

9. Кто планирует программу слёта:
а – проводящая организация;
б – главный судья;
в – организационный комитет;
г – главная судейская коллегия.

10. Виды соревновательной программы в туристском слёте:
а – зачётные, незачетные;
б – верёвочные, песенные;
в – спортивные, развлекательные;
г – командные, некомандные.

11. По каким видам туризма проводятся соревнования:
а. – по всем;
б. – по включённым в ЕВСК;
в. – по технически сложным соревнованиям;
г. – соревнования не проводятся.

12. На основании какого документа проводятся туристские соревнования:
а. – концепции развития спортивного туризма 2012-2020 гг.;
б. – технической документации о проведении соревнований;
в. – Устава туристско-спортивного союза России;
г. – положения о проведении соревнований.

13. Один из основных документов для работы организационного комитета:
а. – список судей;
б. – схема дистанции;
в. – смета соревнований;
г. – список необходимого снаряжения.

14. Кто входит в состав главной судейской коллегии (ГСК):
а. – главный секретарь, главный судья и их заместители, начальник дистанции, судья-инспектор, врач;
б. – главный секретарь, главный судья и их заместители, начальник дистанции, судья-инспектор, врач, представители команд и проводящей организации;
в. – главный судья и начальники дистанции;
г. – главный судья, главный секретарь, старшие судьи на этапах.

15. Основной документ, подтверждающий участие команды в соревнованиях:
а. – приказ о комплектовании команды;
б. – заявление родителей о включении ребёнка в состав команды;
в. – медицинская справка от педиатра;
г. – заявка с медицинским допуском.

16. Кто ответственный за питание судей:
а. – главный судья;
б. – комендант;
в. – председатель организационного комитета;

г. – член организационного комитета.

17. Кто подводит итоги соревнований:

а. – главный судья;

б. – председатель организационного комитета;

в. – член организационного комитета;

г. – комендант.

18. Кто занимается приобретением призов и дипломов для награждения победителей:

а. – главный судья;

б. – председатель организационного комитета;

в. – член организационного комитета;

г. – комендант.

19. Срок выполнения работ по размножению судейской документации (протоколы, карточки, бланки заявок):

а. – за неделю;

б. – за месяц;

в. – за 2-3 месяца;

г. – в дни соревнований.

20. Состав мандатной комиссии:

а. – главный судья;

б. – главный судья, главный секретарь;

в. – главный судья, главный секретарь, врач, комендант;

г. – главный судья, главный секретарь, врач.

Ответы на вопросы для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Организация и проведение туристско-спортивных мероприятий»

1. - в	8. - в	15.–г
2. - а	9. - б	16.–б
3. - б	10. – в	17.–б
4. - а	11.–б	18.–в
5. - а	12.–г	19.–б
6. - в	13.–в	20.–г
7. - в	14.–а	

8. Перечень основной и дополнительной литературы

1. Аницоева, Л. К., Основы спортивно-оздоровительного туризма : учебное пособие / Л. К. Аницоева. — Москва : КноРус, 2025. — 159 с. — ISBN 978-5-406-13537-2. — URL: https://book.ru/book/955358 . — Текст : электронный.

2. Базовая подготовка по спортивно-оздоровительному туризму / С. В. Соболев, В. М. Гелецкий, Е. А. Николаев [и др.] ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2016. – 230 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496992

3. Каратаев, О. Р. Специальные спортивные сооружения, оборудование и снаряжения для спортивного туризма «Дистанция – пешеходная» / О. Р. Каратаев, А. И. Тазутдинова ; Казанский национальный исследовательский технологический университет. – Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет (КНИТУ), 2022. – 80 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=701763 . – Библиогр.: с. 71-72. – ISBN 978-5-7882-3126-6. – Текст : электронный.

4. Константинов, Ю. С. Детско-юношеский туризм : учебник для вузов / Ю. С. Константинов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07182-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/563207

5. Константинов, Ю.С. Спортивно-оздоровительный туризм. Теория и практика: учебное пособие / Ю.С. Константинов. – М.: Советский спорт. 2023 – 350 с.

6. Крайнов, И. В. Спортивный туризм : техническая подготовка в спортивном ориентировании : учебное пособие : [16+] / И. В. Крайнов ; Омский государственный педагогический университет. – Омск : Омский государственный педагогический университет (ОмГПУ), 2018. – 60 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=616200 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8268-2161-9. – Текст : электронный.

7. Махов, С. Ю. Организация безопасности активного туризма : учебно-методическое пособие для высшего профессионального образования / С. Ю. Махов ; Межрегиональная академия безопасности и выживания. – Орел : Межрегиональная академия безопасности и выживания, 2014. – 126 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428625 . – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

8. Организация детско-юношеского и молодежного туризма : учебное пособие / И. Е. Карасев, Е. В. Кулагина, О. В. Лукина, Б. К. Смагулов ; Омский государственный технический университет. – Омск : Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2017. – 92 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493421

9. Соболев, С. В. Совершенствование тренировочного процесса в спортивном туризме в дисциплине «Дистанции – пешеходные» / С. В. Соболев, Н. В. Соболева ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2014. – 134 с. : табл., схем. – Режим доступа: по

подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364618 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7638-3112-2. – Текст : электронный.

10. Спортивно-оздоровительный туризм : учебное пособие : [16+] / С. В. Соболев, Н. В. Соболева, Е. А. Николаев [и др.] ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2021. – 180 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=706622 . – Библиогр.: с. 155-157. – ISBN 978-5-7638-4501-3. – Текст : электронный.

11. Стеблецов, Е. А. Спортивно-оздоровительный туризм и спортивное ориентирование : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, Ю. С. Воронов, В. В. Севастьянов ; под общей редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 195 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13274-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/567314 .

12. Теория и методика спортивного туризма [Электронный ресурс] : учебник / ред.: В.А. Таймазов, ред.: Ю.Н. Федотов. – М. : Советский спорт, 2014. – 424 с.: ил. – ISBN 978-5-9718-0647-9. —– Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271139

13. Туризм и спортивное ориентирование : учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. К. Г. Зеленский, А. В. Абрамов, Д. Н. Безлепкин ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [и др.]. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018. – 132 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=562693 . – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru

4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru

6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
10. Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

- необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;
- записывать удобнее на одной стороне листа;
- записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;
- следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;
- на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.
2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.
3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.
4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.
5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчётов.
6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачёту и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчётности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:
а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;
б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;
в) владение терминологией курса;
г) временной регламент выступления *7 – 10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):
• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);
• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);
• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:
• титульный лист,
• оглавление,
• введение,
• основную часть,
• заключение,
• библиографический список использованной литературы.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат заканчивается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Мультимедийное оборудование
2. Спортивное снаряжение:
   - система страховочная;
   - веревка страховочная;

- карабин муфтовочный;
- карабин автоматический;
- рюкзак туристский;
- палатка туристская;
- коврик туристский;
- спальный мешок;
- петли вспомогательные (разного диаметра);
- тормозные устройства (восьмерка, капелька);
- фиксирующие устройства (Жумар);
- топор;
- тент;
- костровое устройство;
- столик туристский;
- стул туристский;
- призма для спортивного ориентирования;
- компас спортивный;
- компостер для спортивного ориентирования;
- карты спортивные, топографические;
- курвиметр;
- ролики одинарные, двойные;
- секундомер;
- сигнальная лента;
- туристская аптечка;
- набор котлов для приготовления пищи;

3. Библиотечный фонд
4. Аудиторный фонд

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win

		для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров
2	Аудитории №№ А317, А325, А326 – помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и

			управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»
Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»,

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТУРИЗМА И СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующий кафедрой З.В. Васильева

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и молодёжной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

СУДЬИ ТУРИСТСКИХ СОРЕВНОВАНИЙ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: заочная

Курс 4
Семестр 8
Итоговая форма контроля – зачёт

Рабочую программу разработал:
Брайцева В.А., к.п.н., доцент кафедры

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объём дисциплины и виды учебной работы 6
5. Содержание дисциплины 6
5.1 Количество часов по видам занятий 6
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 6
5.2.1 Содержание лекционных занятий 6
5.2.2 Содержание практических занятий 7
6. Самостоятельная работа студентов 8
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 9
7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 9
7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 12
7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 12
7.2.2 Вопросы к зачёту 16
7.2.3 Тестовые задания 16
8. Перечень основной и дополнительной литературы 24
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 25
9.1 Электронные библиотечные системы 25
9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 25
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 27
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 30
12. Лицензионное программное обеспечение 32

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции,

отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-10 – способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников туристских и рекреационных мероприятий, в том числе с учётом различной возрастно-половой группы;

ОПК-13 – способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий;

ПК-4 – способен осуществлять организацию судейства спортивных соревнований по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивного соревнования;

	Соотнесённые профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания		
Источников, причин, видов и способов решения конфликтов	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»	ОПК-10
Основ техники преодоления препятствий	05.003 «Тренер», 05.012 «Тренер-преподаватель»	ОПК-13
Техники и приёмов вовлечения в деятельность, мотивации к освоению избранного вида деятельности	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»	ОПК-10
Правил вида спорта	05.007 «Спортивный судья»	ОПК-13, ПК-4
Положения или регламентов по виду спорта	05.007 «Спортивный судья»	ОПК-13, ПК-4
Положения или регламентов по виду спорта	05.007 «Спортивный судья»	ОПК-13, ПК-4
Методики противодействия применению допинга в спорте и способы оценки их эффективности;	05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»	ОПК-13, ПК-4

Технологии внедрения методик антидопингового обеспечения для различных физкультурно-спортивных организаций;	05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»	ОПК-13, ПК-4
Умения		
Организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»; 05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»; 05.007 «Спортивный судья»	ОПК-13
Организовать работу секретариата и судей на этапах	05.007 «Спортивный судья»	ОПК-10, ПК-4
Проводить плановые профилактические антидопинговые мероприятия по противодействию использованию запрещенных субстанций и (или) запрещенных методов с учетом категории участников;	05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»	ОПК-13, ПК-4
Пользоваться цифровыми технологиями и ресурсами электронной образовательной среды при выполнении работы по антидопинговому обеспечению	05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»	ОПК-13, ПК-4
Навыки и /или опыт деятельности		
Судейства туристских соревнований	05.007 «Спортивный судья»	ПК-4
Организация и проведение рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий	05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области ФКиС»; 05.003 «Тренер»; 05.012 «Тренер-преподаватель»; 05.007 «Спортивный судья»;	ОПК-13
Проведения методической работы по противодействию использованию запрещенных допинговых средств и (или) методов	05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»	ОПК-13, ПК-4

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к Блоку 1 базовой части образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации зачёт на 8 семестре. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: спортивно-оздоровительный туризм,

технология организации походов выходного дня, первая доврачебная помощь в туризме, базовые виды физической культуры.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Всего часов	Семестр
Контактная работа преподавателя со студентами	12	8
Лекции	4	
Практические занятия	8	
Лабораторные работы	0	
Аттестация – зачёт	4	8
Самостоятельная работа	56	
Общая трудоёмкость часы	72	
Зачетные единицы	2	

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

5. Содержание дисциплины

5.1 Количество часов по видам занятий

№ п.п.	Наименование тем и разделов	Кол-во часов	Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа
1	Массовый туризм и задачи по его дальнейшему развитию и совершенствованию	20	2	-	18
2	Организация и проведение, судейство туристских слетов и соревнований	26	2	4	20
3	Судейство учебно-тренировочных занятий и соревнований	22	-	4	18
	Итоговая аттестация	4			
	Всего часов	72	4	8	56

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

1. Массовый туризм и задачи по его дальнейшему развитию и совершенствованию (2 часа)

Традиции массового самодеятельного туризма. Общественные туристские

организации: туристские союзы, федерации туризма, цели и задачи их создания. Работа общественных подразделений, МКК, комиссий в организации и обеспечении массового самодеятельного туризма. Система детского туризма — центры и станции юных туристов, внешкольные учреждения (дополнительного образования), работа по туризму в школе.

Понятие о международном, плановом и самодеятельном туризме. Важнейшие нормативные документы по развитию туризма. Классификация соревнований по спортивному туризму.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о структуре самодеятельного туризма.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-10, ОПК-13, профессиональной компетенции ПК-4.

2. Организация и проведение, судейство и соревнований (2 часа)

Состав и обязанности членов судейской коллегии. Работа службы дистанции. Информационное обеспечение соревнований.

Система оценки качества преодоления технических этапов туристских соревнований: штрафная, бесштрафовая. Особенности оценки творческих этапов.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по основам организации, проведения и судейства туристских соревнований.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-10, ОПК-13, профессиональной компетенции ПК-4.

5.2.2 Содержание практических занятий

Занятия 1-2 (4 часа). Организация, проводящая мероприятие. Состав оргкомитета, план его работы. Составление и утверждение положения о мероприятии, сметы на его проведение. Утверждение главного судьи и комплектование судейской коллегии.

Выбор района проведения мероприятия, требования к нему (обеспечение безопасности, удобство подъезда и т.д.). Подготовка инвентаря и оборудования, необходимого для проведения мероприятия, оформление мест проведения соревнований. Роль судейской коллегии в подготовке слета, соревнований.

Медицинское обслуживание мероприятия. Работа комендантской службы в ходе подготовки и проведения слета, соревнований. Отчет о соревнованиях. Природоохранные мероприятия..

Составление плана подготовки и проведения мероприятия, контроль над выполнением.

Изучение темы направлено на приобретение знаний по основам организации, проведения и судейства туристских соревнований.

Изучение темы направлено на приобретение умений по обеспечению безопасности при проведении туристских соревнований.

Изучение темы направлено на приобретение опыта работы с документацией при судействе соревнований.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-10, ОПК-13, профессиональной компетенции ПК-4.

Занятия 5-6 (4 часа). Судейство отдельных этапов на соревнованиях по спортивному туризму или по спортивному ориентированию. Оформление протоколов соревнований, расчет ранга соревнований и выполнение разрядных требований

Изучение темы направлено на приобретение знаний по правилам туристских соревнований, их классификации.

Изучение темы направлено на приобретение умений по обеспечению безопасности при проведении туристских соревнований.

Изучение темы направлено на приобретение опыта работы с документацией при судействе соревнований.

Изучение темы направлено на формирование общепрофессиональных компетенций ОПК-10, ОПК-13, профессиональной компетенции ПК-4.

6. Самостоятельная работа студентов

Содержание занятий	Объем в часах	Форма контроля	Срок представления
Особенности судейства соревнований по спортивному туризму	18	реферат	8 семестр
Регламенты организации и проведения соревнований по спортивному туризму	20	конспект	8 семестр
Документация судейства отдельных технических этапов и конкурсов	18	письменная работа	8 семестр
Итого	56		

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться

УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГУС;
3. Работа с литературой в методкабинете кафедры ТиСО;
4. Работа с материалами УМК.

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первой лекции проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом у студентов на подготовку рефератов не менее 2 месяцев. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат. В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по изучаемым темам студентами самостоятельно соответствует перечню основной и дополнительной литературы (раздел 8 рабочей программы).

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ОПК-10 – способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников туристских и рекреационных мероприятий, в том числе с учётом различной возрастно-половой группы	*01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»:* A/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы; A/04.6 – Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы; *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* B/01.4 – Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке; B/02.4 – Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной медицине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях;	Знает (пороговый уровень): – нормативную документацию в области спортивно-оздоровительного туризма; – направления организации совместной деятельности участников туристских и рекреационных мероприятий; Умеет (стандартный уровень): – пользоваться основными документами в области спортивно-оздоровительного туризма; – проводить совместную деятельность участников туристских и рекреационных мероприятий; Владеет опытом (эталонный уровень): – планирования и

	05.003 «Тренер»: B/03.6 – Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся; *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; A/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом	проведения мероприятий с различным контингентом людей; – организации и проведения оздоровительной и воспитательной работы в различным контингентом;
ОПК-13 – способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий	*05.007 «Спортивный судья»:* A/01.3 – Визуальный контроль соблюдения условий проведения спортивных соревнований в соответствии с правилами вида спорта, положением (регламентом) о спортивном соревновании; C/01.4 – Обеспечение готовности спортивного и технологического оборудования, инвентаря и экипировки к проведению спортивного соревнования; D/01.5 – Организация работы секретариата спортивного соревнования; *05.003 «Тренер»:* A/01.5 – Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по общей физической подготовке по виду спорта; A/02.6 – Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по специальной физической подготовке по виду спорта; B/03.6 – Подготовка и проведение мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся; B/06.6 – Координация соревновательной деятельности занимающихся *05.012 «Тренер-преподаватель»:* A/01.6 – Планирование содержания занятий физической культурой и спортом; A/03.6 – Проведение занятий физической культурой и спортом; A/10.6 – Осуществление организации и	Знает (пороговый уровень): – основные документы для проведения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий; – правила соревнований по спортивному туризму; – регламент группы спортивных дисциплин «дистанции-пешеходные»; – методики противодействия применению допинга в спорте и способы оценки их эффективности; – технологии внедрения методик антидопингового обеспечения для различных физкультурно-спортивных организаций; Умеет (стандартный уровень): – проводить судейство отдельного технического этапа в туристских соревнованиях; – проводить плановые профилактические антидопинговые мероприятия по противодействию использованию запрещенных субстанций и (или) запрещенных методов с учетом категории участников; – пользоваться цифровыми технологиями и ресурсами электронной образовательной среды при выполнении работы по антидопинговому обеспечению Владеет опытом (эталонный

	судейства соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* B/01.4 – Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке; B/02.4 – Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной медицине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях; *01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»:* A/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы *05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»:* A/01.5 – Подготовка и проведение плановых профилактических мероприятий по противодействию использованию запрещенных субстанций и (или) запрещенных методов A/02.5 – Реализация воспитательных, просветительных программ и информационных мероприятий для различных целевых аудиторий	уровень): – организации и проведения рекреационно-оздоровительного, физкультурно-массового, туристского, краеведческого и спортивного мероприятия; – судейства соревнований по спортивному туризму и спортивному ориентированию; – проведения методической работы по противодействию использованию запрещенных допинговых средств и (или) методов
ПК-4 – способен осуществлять организацию судейства спортивных соревнований по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивного соревнования	*05.007 «Спортивный судья»:* A/01.3 – Визуальный контроль соблюдения условий проведения спортивных соревнований в соответствии с правилами вида спорта, положением (регламентом) о спортивном соревновании; C/01.4 – Обеспечение готовности спортивного и технологического оборудования, инвентаря и экипировки к проведению спортивного соревнования; D/01.5 – Организация работы секретариата спортивного соревнования; *05.003 «Тренер»:* B/06.6 – Координация соревновательной деятельности занимающихся	Знает (пороговый уровень): – правила соревнований по спортивному туризму; – регламент группы спортивных дисциплин «дистанции-пешеходные»; – положения ЕВСК по виду спортивный туризм; – методики противодействия применению допинга в спорте и способы оценки их эффективности; – технологии внедрения методик антидопингового обеспечения для различных физкультурно-спортивных организаций; – правила, виды, алгоритмы

	05.012 «Тренер-преподаватель»: A/10.6 – Осуществление организации и судейства соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением *05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:* F/04.6 – Подготовка и проведение спортивно-зрелищных мероприятий *05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»:* A/01.5 – Подготовка и проведение плановых профилактических мероприятий по противодействию использованию запрещенных субстанций и (или) запрещенных методов A/02.5 – Реализация воспитательных, просветительных программ и информационных мероприятий для различных целевых аудиторий	оказания первой помощи до оказания медицинской помощи; – Умеет (стандартный уровень): – проводить судейство отдельного технического этапа в туристских соревнованиях в должности «судья этапа»; – проводить судейство отдельного технического этапа в туристских соревнованиях в должности «секретарь этапа»; – проводить судейство отдельного технического этапа в туристских соревнованиях в должности контролёр дистанции; – проводить плановые профилактические антидопинговые мероприятия по противодействию использованию запрещенных субстанций и (или) запрещенных методов с учетом категории участников; – оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи; – пользоваться цифровыми технологиями и ресурсами электронной образовательной среды при выполнении работы по антидопинговому обеспечению Владеет опытом (эталонный уровень): – судейства отдельного технического этапа в туристских соревнованиях; – проведения методической работы по противодействию использованию запрещенных допинговых средств и (или) методов

7.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1 Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Промежуточная аттестация: зачет – 8 семестр.

Критерии оценивания компетенций (результатов)

Оценивается по 4-хбалльной шкале. В критерии оценки компетенций по экзамену входят:

1.уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;

2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;

3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;

4. ответы на дополнительные вопросы.

При проектировании ожидаемых результатов следует предусмотреть различные *уровни оценки ожидаемых результатов:*

- *Пороговый* – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- *Стандартный* – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- *Эталонный* – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Примерный перечень оценочных средств в соответствии с иерархией целей по Блуму

№	Уровень сложности	Глаголы для формулировки заданий	Оценочные средства
1.	Знание	Цитировать, перечислить, дать определение, изобразить, идентифицировать, составить список, назвать, указать, записать, повторить, выбрать, сформулировать, свести в таблицу, рассказать, воспроизвести, упорядочить, соотнести, отметить	Тест Опрос устный Письменные ответы на вопросы Собеседование (индивидуальное, групповое) Коллоквиум Портфолио-коллектор (накопительное)
2.	Понимание	Определить, выделить, объяснить, находить различия, характеризовать, обсуждать, рассматривать в деталях, сделать сообщение, интерпретировать, сделать обзор, связать, уточнить, построить, преобразовать,	Тест Решение типовых ситуаций Эссе Портфолио оценочный

		расшифровать, выразить, переформулировать, рецензировать, привести примеры, описать	
3	Применение	Применять, рассчитать, классифицировать, демонстрировать, доказать, инсценировать, модифицировать, исследовать, изменить, иллюстрировать, интерпретировать, разработать, упорядочивать выполнять, использовать, обнаруживать, устанавливать, завершить, составить (отчет, план, график и т.п.), решать (задачу, проблему), раскрыть	Наблюдение Кейс-задания Игра ролевая Компетентсностно-ориентированные задания(КОЗ) Практические контрольные задания (ПКЗ) Портфолио достижений Тренажер Расчетно-графическая работа Метод Дельфи («мозговой атаки»)
4	Анализ	Анализировать, оценивать, сравнить, распределять по категориям(категорировать), полемизировать, оспаривать, вывести, подразделить, изобразить схематически, различать, (проводить различие), находить различия, исследовать, изучать, применять, осуществлять эксперимент, идентифицировать, собрать сведения, резюмировать, выделять, отсеять, отсортировать, измерить, разделить	Кейс-задание Игра организационно-мыслительная Реферат Портфолио Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты Проект
5	Синтез	Систематизировать, собирать (монтировать), осуществить компиляцию, производить сборку, сочинять (писать), конструировать (придумывать), создавать, производить, разрабатывать модель, алгоритмизировать, управлять, организовать, спланировать, подготовить, предлагать, изобретать, обобщать, компоновать, строить, интегрировать	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Профессионально-исследовательские задания (ПИЗ) Портфолио Проект
6	Оценка	осуществлять оценку, убедить, выбрать, сравнивать и находить отличия, критиковать, определять (устанавливать, принимать решение), определять стоимость, составлять мнение, градировать (разбивать на этапы), сделать вывод, соизмерять (соотносить), осуществлять ранжирование, рекомендовать (предлагать), проверять (исправлять, видоизменять), обосновать, составить	Кейс-задание Игра деловая Игра организационно-мыслительная Портфолио Проект

		мнение, прогнозировать, защищать	

Описание шкалы оценивания

Отметка «отлично» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные, заданные экзаменатором;

- студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями;

- при ответе на вопросы используются данные из дополнительной литературы;

- ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения;

- студент демонстрирует умение вести научную дискуссию.

Отметка «хорошо» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определённые затруднения в ответе на уточняющие вопросы;

– в ответе имеют место несущественные фактические неточности;

- недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов билета;

– в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

– знания имеют фрагментарный характер, имеются определённые неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;

– при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки;

– студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

– не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;

– допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;

– студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;

– в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;

– на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или даёт неверные ответы.

Задания в рамках индикаторов достижения компетенций оцениваются в процессе текущего контроля и являются обязательными в соответствии с утверждёнными в образовательной организации порядком промежуточной аттестации.

7.2.2 Вопросы к зачёту

1. Группы спортивных дисциплин, по которым проводятся туристские соревнования;
2. Цели, задачи и характер соревнований по группе дисциплин «маршрут»;
3. Виды соревнований по дисциплине «маршрут»;
4. Категорийность соревнований по группе дисциплин «маршрут»;
5. Требования к оформлению заявок на туристские соревнования;
6. Требования к участникам туристских соревнований;
7. Техническое обеспечение группы на маршруте;
8. Безопасность участников по дисциплине «маршрут»;
9. Состав судейской коллегии по дисциплине «маршрут»;
10. Обязанности главной судейской коллегии в туристских соревнованиях;
11. Определение результатов соревнований по дисциплине «маршрут»;
12. Подача протестов;
13. Цели, задачи и характер соревнований по группе дисциплин «дистанция»;
14. Классификация соревнований по дисциплине «дистанция»;
15. Особенности судейства электронной отметки соревнований;
16. Организация показа дистанции;
17. Судейство старта и финиша дистанции;
18. Особенности судейства на техническом этапе;
19. Основные принципы определения результатов туристской дистанции;
20. Обеспечение безопасности на туристских дистанциях;
21. Работа судей по охране природы, памятников истории и культуры;
22. Система оценок прохождения дистанции;
23. Инспекторский состав и комиссия по допуску участников;
24. Комплектование судейского корпуса в зависимости от уровня соревнований;
25. Нормы, требования к выполнению судейских разрядов.

7.2.3 Тестовые задания для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Судьи туристских соревнований»

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, который является правильным ответом

Вариант №1

I. Организация соревнований

1. В соответствии, с какими документами проводятся соревнования по туризму?

А) В соответствии с правилами, положением и условиями

Б) В соответствии с правилами и условиями

В) В соответствии с правилами, положением, условиями и дополнительной информацией по дистанциям

Г) В соответствии с правилами

2. Кто определяет место проведения соревнований?

А) Организация, проводящая соревнования

Б) ГСК

В) Главный судья соревнований

Г) санитарно-эпидемиологическая станция

II. Положение о соревнованиях.

1. Кто готовит положение о соревнованиях?

А) Главный судья

Б) Проводящая организация

В) Организационный комитет

2. Кто утверждает Положение о соревнованиях?

А) Организация, проводящая соревнования

Б) Организационный комитет

В) Спортивный комитет соответствующего уровня

3. Может ли положение противоречить правилам?

А) Да, может

Б) Нет, не может

В) Да, может, если протест, поданный по пунктам несоответствия, отклонен главным судьей.

4.Какой раздел не включается в Положение о соревнованиях?

А) Цели, задачи

Б) Формы проведения

В) Время и место проведения

Г) Программа и условия проведения

III. Обеспечение безопасности

1. Что не относится к мерам по обеспечению безопасности?

А) Прохождение дистанции с качественным снаряжением, обеспечивающим безопасность участников

Б) Подготовка дистанции в соответствии с требованиями настоящих Правил, Положения и Условий.

В) Профилактика заболеваний, правильная организация быта в полевых условиях, питание участников соревнований и судей, наличие медицинского персонала.

Г) Наличие акта сдачи дистанции за 1 час до старта первой команды.

IV .Основные принципы определения результатов

1. Как может определяться результат прохождения дистанции командой?

А) Временем прохождения или полученными штрафными баллами (очками)

Б) Суммой времени и штрафных баллов (очков)

В) Временем прохождения, полученными штрафными баллами (очками), или суммой времени и штрафных баллов

Г) По принципам, указанным в видовых разделах «Правил»

2.Как определяются места команд в общем зачете?

А) По сумме результатов, показанных командой в отдельных видах соревнований

Б) Согласно Положения соревнований

В) По сумме результатов, либо сумме мест, занятых командами в отдельных видах соревнований

Г) По сумме мест, занятых командой в отдельных видах соревнований

V. Порядок проведения соревнований

1. Где размещаются участники соревнований?

А) В безопасных местах на поляне проведения соревнований

Б) В местах, указанных комендантом

В) В местах, оговоренных главным судьей

Д) В местах, указанных в Положении о соревнованиях

2.С какой целью может назначаться контрольное время на всю дистанцию или на ее отдельные участки (этапы)?

А) Для обеспечения безопасности участников соревнований

Б) Для ограничения продолжительности соревнований.

В) Для выявления сильнейших команд

Г) Для перевода команд на более низкий класс дистанции.

3.Что запрещается представителю и тренеру?

А) Получать сведения о ходе и результатах соревнований

Б) Подавать заявки и перевязки

В) Давать рекомендации своей команде

Г) Вмешиваться в работу судейской коллегии

VI. Судейская коллегия

1. Кто руководит работой судейской коллегии?

А) Главный судья

Б) ГСК

В) Главный секретарь

Г) Оргкомитет

2.Каких прав нет у судьи?

А) Останавливать участника или команду при возникновении опасности, которая может привести к несчастному случаю, и добиваться исправления ошибок.

Б) Быть беспристрастным, принципиальным и объективным при оценке выступления команд (участников)

В) Следить за соблюдением Правил, Положения, Условий и норм поведения.

Г) Оказывать участникам помощь на дистанции, за исключением медицинской, помощи по обеспечению безопасности и помощи, предусмотренной Положением.

3.Что не входит в функции главного секретаря?

А) Определение функциональной структуры секретариата, схемы движения документации в процессе обработки результатов.

Б) Подготовка схемы дистанции

В) Составление перечня заявки на канц. принадлежности, инвентарь, бланки протоколов, дипломы и организация их поручения

Г) Инструктирование секретариата

4.Обязан ли судья на этапах оповещать о нарушениях?

А) Да, обязан

Б) Нет, не обязан

В) Да, по просьбе капитана команды

Г) Судье запрещено давать какую-либо информацию участникам команд.

5.Что запрещается делать судьям на этапе?

А) останавливать участника или команду при возникновении опасности, которая может привести к несчастному случаю

Б) Допускать на этап посторонних лиц

В) Объявлять нарушение, допущенные участниками

VII. Ориентирование

1. Спортивное ориентирование – это вид спорта, в котором спортсмены соревнуются в быстром преодолении дистанции на местности при помощи

А) Ориентиров

Б) Топографической карты

В) Спортивной карты и компаса

2.Что не верно? При помощи компаса в спортивном ориентировании можно определить

А) Стороны горизонта

Б) Координаты

В) Направление движения

3.Который из объектов местности не относится к гидрографии

А) Ручей

Б) Яма

В) Канава с водой

4.Какой цвет используется для обозначения дистанции на карте?

А) Зеленый

Б) Синий

В) Красный

5.Результаты участников соревнований по спортивному ориентированию в заданном направлении определяются

А) По скорости передвижения по дистанции

Б) По времени прохождения дистанции

В) По количеству найденных контрольных пунктов

6.При проведении соревнований по выбору, когда за назначенное контрольное время необходимо пройти наибольшее количество КП, два спортсмена показали одинаковый результат, набрав одинаковое количество очков. Более высокое место занимает тот, кто

А) Имеет меньшее финишное время

Б) Стартовал раньше

В) Моложе по возрасту

7. Участник соревнований вышел на старт с нагрудным номером, не соответствующим номеру на карточке.

Судья старта

А) Не допускает участника к старту

Б) Выпускает на старт, но делает замечание и пометку в стартовом протоколе

В) Забирает нагрудный номер и выпускает участника только с карточкой

8. Кто из ниже перечисленных специалистов обязательно должен присутствовать на соревнованиях по спортивному ориентированию

А) Лесник

Б) Журналист

В) Врач

Ответы на вопросы для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Судьи туристских соревнований»
Вариант №1

I. 1–а	4–б	2–б	4–а	4–в
2–а	III. 1–г	3–г	5–б	5–б
II. 1–б	IV. 1–в	VI. 1–а	VII. 1–в	6–б
2–а	2–г	2–г	2–а	7– а
3–б	V. 1–б	3–б	3–б	8–в

Тестовые задания для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Судьи туристских соревнований»

Выберите, пожалуйста, один из предложенных вариантов, который является правильным ответом

Вариант №2

I. Организация соревнований

1. Какие требования предъявляются к месту проведения соревнований?

А) Доступность для зрителей, удобные подъезды, возможность размещения команд

Б) Возможность подключения к линии электропередач

В) Наличие телефонной связи

Г) Наличие питьевой воды

2. Кто рассылает положения?

А) Главный секретарь

Б) Организация, проводящая соревнования

В) Орг. комитет соревнований

Г) Орг. комитет соревнований или организация, проводящая соревнования

3. Кто готовит материально-техническое, транспортное, хозяйственное, санитарно-гигиеническое и медицинское обеспечение соревнований?

А) Организация, проводящая соревнования

Б) Орг. комитет соревнований

В) ГСК

Г) Орг. комитет совместно с ГСК

II. Положение о соревнованиях

1.Каким основным документом руководствуются судейская коллегия и участники соревнований?

А) Положением

Б) Правилами

В) Правилами и Положением

2.Какой раздел не включается в Положение о соревнованиях?

А) Условия приема участников и обеспечение безопасности

Б) Определение результатов

В) Определение победителей

Г) Участники соревнований, требования к участникам и снаряжению

3.Кто разрабатывает Условия проведения соревнований?

А) ГСК

Б) Главный судья

В) Зам. Главного судьи по судейству

Г) Начальник дистанции

4.Где излагаются условия преодоления этапов и начисление штрафов

А) В Положении

Б) В Условиях

В) В требованиях видовых разделов Правил

Г) В дополнительной информации

III. Обеспечение безопасности

1. В каком документе оговорены дополнительные требования, предъявляемые к участникам для обеспечения безопасности?

А) В Правилах

Б) В Положении

В) В видовых разделах Правил

Г) В Условиях

2.Что не относится к мерам по обеспечению безопасности?

А) Организация медико-профилактических мероприятий во время соревнований

Б) Комплектование квалифицированных судейских бригад

В) Поддержка порядка и дисциплины во время проведения соревнований

Г) Дополнительные мероприятия, которые сочтут нужными провести организаторы соревнований, исходя из конкретной обстановки

3.Какие требования предъявляются к местам старта и финиша?

А) Места старта и финиша должны иметь таблички «СТАРТ» и «ФИНИШ»

Б) Места старта и финиша должны обеспечивать безопасность участников, судей и зрителей

В) Места старта и финиша должны быть удобны для начала и окончания прохождения дистанции участниками

Г) Места старта и финиша должны быть маркированы и иметь ограждение

IV. Охрана природы

1. Какие требования должны быть сообщены представителям команд в период регистрации?

А) Требования по охране природы

Б) Требования по обеспечению правопорядка

В) Требования по допуску представителей и участников на дистанцию

Г) Требования по обеспечению пожарной безопасности

V. Основные принципы определения результатов

1. Какой команде отдается предпочтение при равенстве результатов?

А) Имеющей меньшее время прохождения, а в случае равенства – стартовавшей раньше

Б) Стартовавшей раньше

В) Имеющей меньше штрафных баллов (очков), а в случае равенства – стартовавшей раньше

Г) Предпочтение не отдается

2.Где и в каком документе называется дистанция, которой отдается предпочтение

А) В Положении

Б) На заседаниях ГСК, совместно с представителями команд

В) В Условиях

Г) В Положении или в Условиях

VI. Порядок проведения соревнований

1. В каком документе указывается время прибытия участников на место соревнований

А) В Положении

Б) В дополнительной информации о соревнованиях

В) В подтверждении о проведении соревнований

Г) В Условиях

2.Какие пояснения не даются по ходу демонстрации дистанции?

А) Касающиеся судейства отдельных действий участников команд

Б) Касающиеся контрольного времени

В) Условий старта и финиша

Г) Действий участников, ограничений и направлений, пунктов страховки

3.Когда ГСК должна объявить контрольное время?

А) Не позднее, чем за час до старта команды

Б) Не позднее, чем за час до старта первой команды

В) На заседании ГСК, совместно с представителями команд

Г) При походе или демонстрационном прохождении дистанции (отдельных этапов, КП)

4.Что запрещается представителю и тренеру?

А) Получать сведения о ходе и результатах соревнований

Б) Находиться на дистанции во время соревнований

В) Давать рекомендации своей команде

Г) Подавать заявки и перезаявки

VII. Судейская коллегия

1.Кто не входит в состав судейской коллегии?

А) Представитель проводящей организации

Б) Главный секретарь

В) Зам. главного секретаря

Г) Судьи на этапах

2.Кто не входит в состав ГСК?

А) Главный секретарь

Б) Зам. главного секретаря

В) Помощники начальника дистанции

Г) Врач соревнований

3.Каких прав нет у судьи?

А) Останавливать участника или команду при возникновении опасности, которая может привести к несчастному случаю, и добиваться исправления ошибок.

Б) Быть участниками, тренерами или представителями команд, участвующих в соревнованиях, которые они обслуживают

В) Быть беспристрастными, принципиальными и объективными при оценке выступления команд (участников).

Г) Фиксировать и объявлять нарушения, допущенные участником

4.Кому подчиняются судьи на старте, этапах и финише?

А) Зам. главного судьи по виду

Б) Зам. главного секретаря

В) зам. главного судьи по судейству

Г) начальнику дистанции

5.Что не входит в функции старшего судьи бригады судей на старте?

А) Оборудование места старт

Б) Руководство работой бригады судей на старте

В) Проверка снаряжения, согласно декларации

Г) Подача старта с разрешения главного судьи

6.Что запрещается делать судьям на этапе?

А) останавливать участника или команду при возникновении опасности, которая может привести к несчастному случаю

Б) Давать совет и оказывать помощь (кроме медицинской и предусмотренной Положением или Условием) участникам соревнований.

В) Объявлять нарушение, допущенные участниками

7.Какие действия совершают судьи во время преодоления командой этапа?

А) оповещают о нарушениях, допущенных участниками

Б) Фиксируют в судейских карточках штрафы

В) Громко и четко объявляют полное название этапа
Г) Оповещают

Ответы на вопросы для студентов направления «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» по дисциплине «Судьи туристских соревнований» Вариант №2

I. 1–а	3–а	IV. 1–а	3–б	4–а
2–б	4–в	V. 1–в	4–б	5–в
3–а	III. 1–б	2–г	VII. 1–а	6–б
II. 1-в	2–б	VI. 1–а	2–в	7–г
2–в	3–г	2–а	3–б	

8. Перечень основной и дополнительной литературы

1. Базовая подготовка по спортивно-оздоровительному туризму / С. В. Соболев, В. М. Гелецкий, Е. А. Николаев [и др.] ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2016. – 230 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496992
2. Каратаев, О. Р. Специальные спортивные сооружения, оборудование и снаряжения для спортивного туризма «Дистанция – пешеходная» / О. Р. Каратаев, А. И. Тазутдинова ; Казанский национальный исследовательский технологический университет. – Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет (КНИТУ), 2022. – 80 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=701763 . – Библиогр.: с. 71-72. – ISBN 978-5-7882-3126-6. – Текст : электронный.
3. Константинов, Ю. С. Детско-юношеский туризм : учебник для вузов / Ю. С. Константинов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07182-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/563207
4. Константинов, Ю.С. Спортивно-оздоровительный туризм. Теория и практика: учебное пособие / Ю.С. Константинов. – М.: Советский спорт. 2023 – 350 с.
5. Крайнов, И. В. Спортивный туризм : техническая подготовка в спортивном ориентировании : учебное пособие : [16+] / И. В. Крайнов ; Омский государственный педагогический университет. – Омск : Омский государственный педагогический университет (ОмГПУ), 2018. – 60 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=616200 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8268-2161-9. – Текст : электронный.

6. Курченков, А. А. Спортивное ориентирование : условные знаки и легенды контрольных пунктов : учебное пособие : [16+] / А. А. Курченков, В. М. Суханов, С. В. Недомолкина ; науч. ред. Н. В. Тычинин ; Воронежский государственный университет инженерных технологий. – 2-е изд., доп. – Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2022. – 69 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=712755 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-00032-573-5. – Текст : электронный.
7. Организация детско-юношеского и молодежного туризма : учебное пособие / И. Е. Карасев, Е. В. Кулагина, О. В. Лукина, Б. К. Смагулов ; Омский государственный технический университет. – Омск : Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2017. – 92 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493421
8. Соболев, С. В. Совершенствование тренировочного процесса в спортивном туризме в дисциплине «Дистанции – пешеходные» / С. В. Соболев, Н. В. Соболева ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2014. – 134 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364618 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7638-3112-2. – Текст : электронный.
9. Теория и методика спортивного туризма [Электронный ресурс] : учебник / ред.: В.А. Таймазов, ред.: Ю.Н. Федотов. – М. : Советский спорт, 2014. – 424 с.: ил. – ISBN 978-5-9718-0647-9. —– Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/271139
10. Туризм и спортивное ориентирование: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. К. Г. Зеленский, А. В. Абрамов, Д. Н. Безлепкин ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [и др.]. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018. – 132 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=562693

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1 Электронные библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «РУКОНТ»: https://lib.rucont.ru/
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/

9.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: http://window.edu.ru
2. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. -Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru

3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru
4. Министерство просвещения Российской Федерации Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. - Режим доступа: https://edu.gov.ru/
5. Национальный туристический портал [Электронный ресурс].-Режим доступа: https://russia.travel
6. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Смоленска. – Режим доступа: http://centur.smoladmin.ru/
7. Смоленское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта». – Режим доступа: http://www.sutur67.ru/
8. Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/.2.Федерация Туристско-спортивного союза России. – Режим доступа: http://www.tssr.ru/

Научно-поисковые системы:

1. Google Scholar [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс].- Режим доступа: https://scholar.google.ru

Энциклопедии, справочники, словари:

1. Вокруг света - справочный и познавательный интерактивный ресурс [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.vokrugsveta.ru
2. Кругосвет - интернет-энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://www.krugosvet.ru
3. РУБРИКОН: крупнейший энциклопедический ресурс Рунета [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.rubricon.com

Правовые базы данных:

1. Справочная правовая система «Консультант плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru
2. Справочная правовая система «Гарант» [Электронный ресурс]: [информационно – правовой портал]. - Режим доступа: http://www.garant.ru

Библиотеки:

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru
2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru

4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
5. Государственная публичная историческая библиотека России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.shpl.ru
6. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
7. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru
8. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
9. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://sportfiction.ru
10. Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации студентам по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо знать, что каждая лекция предъявляет слушателям особые требования к умственной деятельности, которая требует максимальной активности и самостоятельности умственного труда. Чтобы получить от лекции максимальный эффект, студенту необходимо предварительная подготовка к ней. Подготовка начинается с того, что студент просматривает записи предыдущей лекции. Знакомится с учебной программой данного предмета, чтобы представлять, в каком направлении будут излагаться следующие вопросы и темы.

Восприятие информации на лекции должно проходить с максимальной активностью, т.е. необходимо прилагать определённые усилия к тому, чтобы сознательно усваивать материал лекции, а не механически его запоминать. Неясные вопросы и непонятные формулировки надо стремиться выяснить у лектора или самостоятельно найти на них ответ в специальной литературе.

Лекцию необходимо тщательно записывать. Запись помогает студенту сосредоточить внимание на главном, и уже в ходе лекции осмыслить услышанное, понять логику изложения материала преподавателем.

Умение правильно записывать лекционный материал вырабатывается практикой. Прежде всего, необходимо привыкнуть распределять своё внимание между отдельными положениями лекционного материала и уметь быстро выделять главное. Записывать нужно не всё, что говорит лектор, а самое важное.

Студенту необходимо усвоить некоторые методические приёмы записи лекции:

- необходимо иметь отдельную тетрадь для записи лекций по каждому предмету;
- записывать удобнее на одной стороне листа;
- записывать каждую лекцию целесообразно начинать с новой страницы, следует записать тему лекции, дату её проведения, план лекции, затем уже её содержание;
- следует всегда писать набело, не переписывая, чаще пользоваться абзацами, выделяя этим наиболее существенные части материала;

● на странице необходимо оставлять широкие поля, которые в дальнейшем пригодятся для пометок и постановки вопросов.

Во время лекции необходимо соблюдать высокую организованность своего труда. Следует обращать внимание и на интонацию лектора. Обычно лектор главные мысли выделяет и произносит слова несколько громче и реже.

Рекомендации студентам по подготовке к семинарским занятиям

Семинарское занятие - важная и обязательная форма учебного процесса, которая является дополнением к лекционной форме обучения и ее углублением.

На семинары выносятся наиболее важные и сложные вопросы курса, для обсуждения которых требуется специальная подготовка студента с использованием рекомендуемой учебной литературы и лекций. Специфика семинаров по данному курсу состоит в том, что они включают теоретическую работу в виде устного или письменного обсуждения поставленных вопросов.

Подготовку к семинарскому занятию следует вести в следующем порядке:

1. Внимательно ознакомиться с планом семинара по заданной теме: вначале с основными вопросами, оценив для себя объем задания.
2. Прочитать конспект лекции по теме семинарского занятия, отмечая материал, необходимый для изучения поставленных вопросов.
3. Обратиться к рекомендуемой учебной литературе по данной теме: в первую очередь - к основной, при необходимости углубленного изучения - к дополнительной.
4. Уделить особое внимание основным понятиям изучаемой темы, владение которыми способствует эффективному усвоению курса.
5. Осмыслить имеющиеся в данной теме формулы, которые используются для выполнения необходимых расчетов.
6. В процессе изучения темы следует подготовить тезисы или мини-конспект в тетради для семинарских занятий. Особенно это касается вопросов, предназначенных для самостоятельного изучения. Эти записи могут быть использованы на семинаре как подсказка при публичном выступлении, а также для работы «на месте», при подготовке к зачету и экзамену.

При подготовке к занятию необходимо освоить теоретический материал лекционного курса, научиться грамотно, формулировать ответы на поставленные вопросы.

Для проведения дискуссии по наиболее спорным моментам необходимо ознакомиться с соответствующими комментариями разных авторов в основной и дополнительной литературе.

В течение изучаемой дисциплины студенты выполняют домашние задания по соответствующим разделам (студент сам выбирает форму отчетности, устную или письменную).

Требования к качеству подготовки студентов к семинарским занятиям

1. Подготовка к семинару является обязательной частью работы студента и производится по всем вопросам темы, указанным в плане занятия, а не выборочно

по отдельным вопросам. Сплошная подготовка способствует полноценному освоению темы и эффективной работе семинара.

2. Работа студента на семинаре предполагает его высокую активность и соответствие следующим требованиям при публичном выступлении:

а) свободное устное воспроизведение подготовленного выступления по вопросам с использованием мини-конспектов в качестве вспомогательного средства. Данное требование относится и к изображению графических моделей и формул на доске;

б) готовность и умение отвечать на вопросы и делать выводы из сказанного;

в) владение терминологией курса;

г) временной регламент выступления *7 – 10* минут.

3. После завершения изучения курса студент должен владеть основными концепциями курса и использовать их для обсуждения особенностей спортивно-оздоровительного туризма в системе физического воспитания. Студент должен уметь организовывать и проводить практические мероприятия по спортивно-оздоровительному туризму.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлечённости: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Рекомендации студентам по подготовке реферата

Реферат является обзорным (по нескольким источникам – книгам, главам, статьям).

Реферат, как правило, излагается своими словами. Точные определения и цитаты вводятся лишь особо значимые и те, против содержания которых референт (составитель реферата) возражает.

План реферата определяется исследователем. Но в реферативной работе желательно иметь следующие компоненты (части):

• краткие сведения об авторе реферируемого материала (если это диктуется темой реферата);

• сжатое, но достаточно полное и точное изложение сущности научной информации по теме (главная часть реферата);

• замечания, обобщения, выводы референта об изложенной информации, ее значении.

Написанный реферат становится основой для устного сообщения.

После того, как студент изучил научную литературу по теме, систематизировал полученную информацию, следует приступить к работе над рефератом. Композиционная структура реферата включает следующие основные элементы:

• титульный лист,

• оглавление,

• введение,

• основную часть,

• заключение,

• библиографический список использованной литературы.

Титульный лист является первой страницей реферата и заполняется строго по образцу.

После титульного листа помещается оглавление, в котором приводятся все заголовки реферата и указываются страницы, с которых они начинаются.

Далее следует введение, в котором обосновывается актуальность выбранной темы, приводится краткий обзор литературы, излагается цель работы и содержание поставленных задач, формулируются объект и предмет исследования.

В основной части реферата раскрывается данная тема.

Реферат заканчивается заключительной частью, которая так и называется «заключение», составляющее итоговые результаты.

После заключения принято помещать библиографический список использованной литературы. Этот список составляет одну из существенных частей реферата и отражает самостоятельную творческую работу студента. Каждый включенный в такой список источник должен иметь отражение в тексте реферата. Если её автор делает ссылку на какие-либо заимствованные факты или цитирует работы других авторов, то он должен обязательно указать в подстрочной ссылке, откуда взяты приведенные материалы. Не следует включать в библиографический список те работы, на которые нет ссылок в тексте реферата и которые фактически не были использованы. Не рекомендуется включать в этот список энциклопедии, справочники, газеты.

Объем реферата должен составлять 15–20 страниц машинописного текста.

Рекомендации студентам по устной защите реферата

1. Не выступайте, если материал не продуман, не подготовлен заранее.
2. Если хотите, чтобы вам верили, говорите убедительно и только о том, что сами поняли и в чем убеждены.
3. Когда говорите, помните о теме своего выступления, не отходите от нее в сторону.
4. Отбрасывайте все лишнее, второстепенное. Помните, что иногда мелочи мешают увидеть главное.
5. Побольше фактов и поменьше общих, ничего не говорящих фраз.
6. Не говорите слишком долго, чтобы не утомлять и слушателей, и себя.
7. Следите за своими слушателями: если вас перестали слушать, измените ход мыслей, приведите интересный факт, деталь, задайте риторический вопрос, но никогда не стремитесь перекричать аудиторию.
8. Следите за речью: избегайте слов-паразитов («так», «значит» и др.), вульгаризмов, просторечных выражений и т.д. Тщательно стройте фразу.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Мультимедийное оборудование
2. Спортивное снаряжение:

- система страховочная;
- веревка страховочная;
- карабин муфтовочный;
- карабин автоматический;
- рюкзак туристский;
- палатка туристская;
- коврик туристский;
- спальный мешок;
- петли вспомогательные (разного диаметра);
- тормозные устройства (восьмерка, капелька);
- фиксирующие устройства (Жумар);
- топор;
- тент;
- костровое устройство;
- столик туристский;
- стул туристский;
- призма для спортивного ориентирования;
- компас спортивный;
- компостер для спортивного ориентирования;
- карты спортивные, топографические;
- курвиметр;
- ролики одинарные, двойные;
- секундомер;
- сигнальная лента;
- туристская аптечка;
- набор котлов для приготовления пищи;

3. Библиотечный фонд
4. Аудиторный фонд

№ п.п.	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Аудитория № А или Б - помещение для занятий лекционного типа	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 100; для преподавателя – 1. Учебная настенная доска	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win

		для мела Перечень технических средств обучения: ноутбук Samsung NP-300E5A-A03RU, проектор Aser X110pDLP (переносной), экран	Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров
2	Аудитории №№ А317, А325, А326– помещения для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест в аудитории: для студентов: А317 – 18, А325 – 24, А236 – 28; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная. Интерактивная панель	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для рабочих станций и файловых серверов. Коммерческая лицензия на 450 компьютеров

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование	16.08.2016	Интернет-браузер

	программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/		
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственный за «Основную профессиональную образовательную программу» по направлению подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»,

к.п.н., доцент З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ГИМНАСТИКИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«29» мая 2026 г.
протокол № 10
Заведующая кафедрой Н.А.Дарданова

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«29» 05 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ФИТНЕС-УСЛУГИ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РЕКРЕАЦИОННОЙ РАБОТЕ С НАСЕЛЕНИЕМ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы)
«Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная
Курс –3
Семестр – 5,6
Итоговая форма контроля: зачет

Рабочую программу разработала:
Антипенкова И.В., к.п.н., доцент

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 6
5. Содержание дисциплины 6
5.1. Количество часов по видам занятий 6
5.2.Содержание дисциплины по видам занятий 7
6. Самостоятельная работа студентов 13
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 13
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 15
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы 17
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 17
7.2.2 Тестовые задания 18
7.2.3. Вопросы к зачету 19
8. Перечень основной и дополнительной литературы 21
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 23
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 23
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 23

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными ПриказамиМинобрнауки России №1456 от 26 ноября 2020 г., №83 от 08 февраля 2021 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность следующих компетенций:

УК-7 – способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

ОПК-1 – способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста;

ОПК-2 – способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

ОПК-3 – способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной и рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью;

ОПК-14 – способен внедрять инновационные технологии туристских, оздоровительно-рекреационных и оздоровительных услуг;

ПК-5 – способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с целью успешной реализации рекреационно-оздоровительного, спортивного, туристского и фитнес продукта.

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты и код трудовой функции	Формируемые компетенции
Знать:		
Инновационные фитнес-технологии, применяемые в оздоровительно-рекреационной деятельности различного контингента населения	ИМ В/05.5	УК-7 ОПК-1 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-14 ПК-5

Нормы физических нагрузок обучающихся, занимающихся	ИМ В/05.5	УК-7 ОПК-1 ОПК-2 ОПК-3 ПК-5
Правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники	ИМ С/03.5	УК-7 ОПК-1 ОПК-2 ОПК-3 ПК-5
Уметь:		
Применять инновационные фитнес-технологии с учетом индивидуальных особенностей занимающихся	ИМ В/05.5	УК-7 ОПК-1 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-14 ПК-5
Пользоваться спортивным инвентарем, обнаруживать неисправность оборудования, инвентаря	ИМ С/03.5	УК-7 ОПК-1 ОПК-2 ОПК-3 ПК-5
Владеть:		
Навыками внедрения инновационных оздоровительно-рекреационных технологий в физкультурную деятельность населения и формирования потребности в фитнес-услугах	ИМ В/05.5	УК-7 ОПК-1 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-14 ПК-5
Навыками планирования и проведения физкультурно-оздоровительных и физкультурно-массовых мероприятий физкультурно-спортивной организации	ИМ С/01.5	УК-7 ОПК-1 ОПК-2 ОПК-3 ПК-5

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Фитнес-услуги в оздоровительно-рекреационной работе с населением» относится к базовой части основной профессиональной образовательной программы (Б1.О.30). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе, по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля): зачет (6 семестр). Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и

навыки студента по следующим дисциплинам: Гимнастика, Фитнес, Теория и методика физической культуры и спорта.

Цель дисциплины «Фитнес-услуги в оздоровительно-рекреационной работе с населением» – формирование профессионально-педагогических знаний, умений и навыков по физкультурно-оздоровительной деятельности, необходимых для самостоятельной работы с населением в качестве инструктора-методиста.

Задачи учебной дисциплины «Фитнес-услуги в оздоровительно-рекреационной работе с населением»- сформировать у студентов осознанную и значимую мотивацию деятельности педагога физического воспитания, расширить диапазон компетенций, необходимых для предстоящей профессионально-педагогической и рекреационной деятельности.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр	
			5	**6**
Контактная работа преподавателей с обучающимися		14	4	10
Лекции		4	2	2
Семинары		4	1	2
Практические занятия		4	1	2
Промежуточная аттестация		зачет		4
Самостоятельная работа		58		58
Общая трудоемкость	**часы**	72		
	ЗЕ	2		

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ			
		Лек-ции	Семи-нары	Практ. занятия	Самост. работа
1	2	3	4	5	6
Раздел 1. Групповые программы фитнеса на основе аэробики.					
1.1. Характеристика групповых программ фитнеса и их направленность.	10	1	1	-	8
1.2. Планирование, организация и проведение занятий классической, степ- и силовой аэробикой.	10	1	-	1	8
1.3. Обучение базовым	8	-	-	1	8

движениям аэробики.					
Раздел 2. Инновационные направления групповых занятий фитнесом рекреационной направленности					
2.1. Организация и проведение групповых занятий функциональным тренингом.	10	1	-	1	8
2.2. Внедрение фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительную деятельность населения.	10	-	1	-	8
Раздел 3. Модель фитнес-инструктора, предоставляющего оздоровительно-рекреационные услуги населению.					
3.1. Характеристика модели фитнес-инструктора.	10	1	1	-	8
3.2. Формирование потребности населения к фитнес-продукту.	10	-	1	-	10
Зачет	4	-	-	-	-
Итого	**72**	**4**	**4**	**2**	**58**
		10			

5.2.Содержание дисциплины по видам занятий

Раздел 1. Групповые программы фитнеса на основе аэробики

<u>Лекция 1</u>: «Характеристика групповых программ фитнеса и их направленность» - 1 час.

Организационные формы предоставления фитнес-услуг населению. Форматы фитнес-услуг рекреационной направленности. Понятие «групповой формат» в фитнесе. Характеристика групповых программ фитнеса (классической, степ- и силовой аэробики). Направленность их воздействия на организм занимающихся. Программы группового формата, рекомендуемые в оздоровительно-рекреационной работе с различным контингентом населения.

<u>Семинарское занятие №1</u> «Характеристика групповых программ фитнеса и их направленность» - 1 час.

Вопросы для обсуждения:

1. Характеристика организационных форм фитнеса, применяемых в оздоровительно-рекреационной работе с населением.
2. Форматы фитнес-услуг рекреационной направленности.
3. Характеристика программы « классическая аэробика».
4. Характеристика программы «степ-аэробика».
5. Характеристика программы «силовая аэробика».
6. Направленность воздействия классической. степ- и силовой аэробики на организм занимающихся.

7. Программы группового формата, рекомендуемые в работе с различным контингентом населения.

Литература:

1. Белова, Ю.В. Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности[Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Ю.В. Белова, О.И. Ткачева, Е.Ю. Смирнов .— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2022 .— 156 с. — ISBN 978-5-6047612-3-6 .— URL: https://lib.rucont.ru/efd/807702

2. Менхин, А.В. Рекреативно-оздоровительная гимнастика [Электронный ресурс]: учеб. пособие / А.В. Менхин. – М.: Физическая культура, 2007. – 160 с. – ISBN 978-5-9746-0089-0. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru /efd/286735

3. Пармузина, Ю.В. Основы фитнес-аэробики [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.П. Горбанева, Ю.В. Пармузина. – Волгоград: ВГАФК, 2011. – 149 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/230552

4. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш, Н.В. Третьякова. – М.: Спорт, 2016. – 281 с. : ил. – ISBN 978-5-906839-23-7. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641323

5. Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура : учебник для ст-тов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Минск, 2003 – С. 7-14.

Изучение темы направлено на формирование компетенций: УК-7; ОПК-1,2,3; ПК-5.

Лекция 2: «Планирование, организация и проведение занятий классической, степ- и силовой аэробикой» - 1 час.

Сущность планирования, основные понятия. Предметы планирования в процессе занятий классической, степ- и силовой аэробикой: цель. задачи, средства и методы тренировки; результаты (намеченные внутренние сдвиги в организме занимающихся); - контрольные нормативы и др. План тренировки – важнейший документ планирования. требования к планированию. Последовательность основных операций при разработке плана. Виды и структурные единицы планирования. Реализация запланированного, организация и проведение занятий классической, степ- и силовой аэробикой. Структура и содержание занятий классической, степ- и силовой аэробикой.

Практическое занятие №1 «Планирование, организация и проведение занятий классической, степ- и силовой аэробикой» - 1 час.

Разработка конспектов учебно-тренировочных занятий по классической, степ- и силовой аэробике с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.

Литература:

1. Васильева, И.А. Организация и методика проведения занятий по общей физической подготовке в фитнес-зале с использованием практических заданий [Электронный ресурс]: учеб-методическое пособие по курсу «Физическая культура» / И. А. Васильева, В. Ю. Крылатых, А. О. Миронов [и др.]. – Москва: Дело, 2023. – 130 с.: табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=718778

2. Менхин, А.В. Рекреативно-оздоровительная гимнастика [Электронный ресурс]: учеб. пособие / А.В. Менхин. – М.: Физическая культура, 2007. – 160 с. – ISBN 978-5-9746-0089-0. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru /efd/286735

3. Пармузина, Ю.В. Основы фитнес-аэробики [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.П. Горбанева, Ю.В. Пармузина. – Волгоград: ВГАФК, 2011. – 149 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/230552

4. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш, Н.В. Третьякова. – М.: Спорт, 2016. – 281 с. : ил. – ISBN 978-5-906839-23-7. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641323

5. Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура : учебник для ст-тов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Минск, 2003 – С. 7-14.

Изучение темы направлено на формирование компетенций: УК-7; ОПК-1,2,3; ПК-5

Практическое занятие №2 «Обучение базовым движениям аэробики» - 1 часа.

Обучение базовым шагам и хореографическим методам составления и разучивания комбинаций.

Литература:

6. Васильева, И.А. Организация и методика проведения занятий по общей физической подготовке в фитнес-зале с использованием практических заданий [Электронный ресурс]: учеб-методическое пособие по курсу «Физическая культура» / И. А. Васильева, В. Ю. Крылатых, А. О. Миронов [и др.]. – Москва: Дело, 2023. – 130 с.: табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=718778

7. Менхин, А.В. Рекреативно-оздоровительная гимнастика [Электронный ресурс]: учеб. пособие / А.В. Менхин. – М.: Физическая культура, 2007. – 160 с. – ISBN 978-5-9746-0089-0. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru /efd/286735

8. Пармузина, Ю.В. Основы фитнес-аэробики [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.П. Горбанева, Ю.В. Пармузина. – Волгоград: ВГАФК, 2011. – 149 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/230552

9. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш, Н.В. Третьякова. – М.: Спорт, 2016. – 281 с. : ил. – ISBN 978-5-906839-23-7. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641323

10. Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура : учебник для ст-тов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Минск, 2003 – С. 7-14.

Изучение темы направлено на формирование компетенций: УК-7; ОПК-1,2,3; ПК-5

Раздел 2. Инновационные направления групповых занятий фитнесом рекреационной направленности

Семинарское занятие №2 «Внедрение фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительную деятельность населения» - 1 час.

Вопросы для обсуждения:

1. Определение понятия «фитнес-технология».
2. Определение базовых понятий «физическая культура», «спорт», «физическая подготовка», «здоровье», «оздоровление», «рекреация».
3. Характеристика специфики фитнес-услуг.
4. Какие сущностные признаки заключены в понятии «физкультурно-оздоровительный сервис».
5. Функции физкультурно-оздоровительных предприятий, удовлетворяющих потребности отдельно взятой личности оздоровительно-рекреационных услугах.

Литература:

1. Велединский, В.Г. Спортивно-оздоровительный сервис: учебник / В.Г. Велединский. – М.: КНОРУС, 2016. – 216 с.

2. Кравчук, Т.А. Методические рекомендации по видам физкультурно-оздоровительных услуг при введении рекомендаций по предоставлению физкультурно-оздоровительных услуг негосударственным организациям [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Т. А. Кравчук, И. Ю. Горская, А. В. Потешкин [и др.]: – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2024. – 92 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722486

3. Филоненко, Н.В. Маркетинг физкультурно-спортивных и спортивно-зрелещных услуг [Электронный ресурс]: учебник / Н.А. Ушакова, Рос. гос. ун-т физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Н.В. Филоненко. – М.: Колос-с, 2018. – 126 с. – (Учебники и учебные пособия для студентов высших учебных заведений). – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/682404

Изучение темы направлено на формирование компетенций: УК-7; ОПК-1,2,3; ПК-5

Раздел 3. Модель фитнес-инструктора, предоставляющего оздоровительно-рекреационные услуги населению

Лекция 4: «Характеристика модели фитнес-инструктора» - 1 час.

Общая модель инструктора групповых программ. Основные стили преподавания, которыми должен владеть фитнес-инструктор (их характеристика). Специфическая модель инструктора по классической, степ- и силовой аэробике. Показатели педагогического мастерства инструкторов по классической и степ-аэробике.

Семинарское занятие №3 «Характеристика модели фитнес-инструктора» - 1 час.

Вопросы для обсуждения:

1. Основные требования к занятиям классической и степ-аэробикой, организованным профессиональным инструктором .
2. Правила, которые следует соблюдать при организации, планировании и проведении занятий фитнесом с целью профилактики травматизма.
3. Характерные для модели инструктора групповых программ личностные качества.
4. Характерные для модели инструктора групповых программ профессиональные качества.
5. Необходимые умения и навыки, которыми должен обладать инструктор групповых программ.

Литература:

1. Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика: учебник для вузов / Ю.В. Менхин, А.В. Менхин. – М.: Физкультура и спорт, 2009. – 432 с.

2. Менхин, А.В. Рекреативно-оздоровительная гимнастика [Электронный ресурс]: учеб. пособие / А.В. Менхин. – М.: Физическая культура, 2007. – 160 с. – ISBN 978-5-9746-0089-0. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru /efd/286735

3. Пармузина, Ю.В. Основы фитнес-аэробики [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.П. Горбанева, Ю.В. Пармузина. – Волгоград: ВГАФК, 2011. – 149 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/230552

4. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш, Н.В. Третьякова. – М.: Спорт, 2016. – 281 с. : ил. – ISBN 978-5-906839-23-7. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641323

5. Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура : учебник для ст-тов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Минск, 2003 – С. 7-14.

Изучение темы направлено на формирование компетенций: УК-7; ОПК-1,2,3; ПК-5

Семинарское занятие №4 «Формирование потребности населения к фитнес-продукту» - 1 часа

Вопросы для обсуждения:

1. Способы влияния физкультурно-оздоровительных предприятий на формирование потребности услуг.
2. Способы воздействия на формирование потребности личности в занятиях физическими упражнениями и потребление услуг.
3. Значение понятия «потребление физкультурно-оздоровительных услуг».
4. Характеристика потребления физкультурно-оздоровительных услуг населением в современных условиях.
5. Способы регулирования потребления физкультурно-оздоровительных услуг.

Литература:

1. Велединский, В.Г. Спортивно-оздоровительный сервис: учебник / В.Г. Велединский. – М.: КНОРУС, 2016. – 216 с.

2. Кравчук, Т.А. Методические рекомендации по внедрению стандарта предоставления физкультурно-оздоровительных услуг негосударственным организациям [Электронный ресурс]: методическое пособие: / Т. А. Кравчук, М. В. Малыгина, И. И. Самсонов, Ю. А. Мельникова – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2023. – 92 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722498

3. Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика: учебник для вузов / Ю.В. Менхин, А.В. Менхин. – М.: Физкультура и спорт, 2009. – 432 с.

4. Менхин, А.В. Рекреативно-оздоровительная гимнастика [Электронный ресурс]: учеб. пособие / А.В. Менхин. – М.: Физическая культура, 2007. – 160 с. – ISBN 978-5-9746-0089-0. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru /efd/286735

5. Пармузина, Ю.В. Основы фитнес-аэробики [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.П. Горбанева, Ю.В. Пармузина. – Волгоград: ВГАФК, 2011. – 149 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/230552

6. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш, Н.В. Третьякова. – М.: Спорт, 2016. – 281 с. : ил. – ISBN 978-5-906839-23-7. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641323

7. Филоненко, Н.В. Маркетинг физкультурно-спортивных и спортивно-зрелещных услуг [Электронный ресурс]: учебник / Н.А. Ушакова, Рос. гос. ун-т физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Н.В. Филоненко. – М.: Колос-с, 2018. – 126 с. – (Учебники и учебные пособия для студентов высших учебных заведений). – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/682404

8. Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура : учебник для ст-тов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Минск, 2003 – С. 7-14.

Изучение темы направлено на формирование компетенций: УК-7; ОПК-1,2,3,14; ПК-5

6. Самостоятельная работа студентов

При изучении раздела студент самостоятельно готовится по следующим темам и выполняет творческие самостоятельные задания:

Содержание самостоятельной работы	Кол-во часов	Виды и формы контроля
Темы докладов: - Групповые программы фитнеса и их направленность; - Планирование занятий классической, степ- и силовой аэробикой; - Классификация базовых шагов классической и степ-аэробики; - Характеристика и организационно-методические особенности занятий функциональным тренингом; - Внедрение фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительную деятельность населения; - Характеристика модели фитнес-инструктора; - Формирование потребности населения к фитнес-продукту.	58	Доклад с презентацией Устный опрос
Подготовка к зачету по вопросам	4	зачет
Итого:	62	

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Основная литература:

1. Белова, Ю.В. Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности[Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Ю.В. Белова, О.И. Ткачева, Е.Ю. Смирнов .— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2022 .— 156 с. — ISBN 978-5-6047612-3-6 .— URL: https://lib.rucont.ru/efd/807702

2. Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика: учебник для вузов / Ю.В. Менхин, А.В. Менхин. – М.: Физкультура и спорт, 2009. – 432 с.

3. Просветова, О.В. Базовая аэробика в групповых программах [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / Г.О. Краснова, О.В. Просветова.— Волгоград: ВГАФК, 2010.— 117 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/228997

4. Филоненко, Н.В. Маркетинг физкультурно-спортивных и спортивно-зрелещных услуг [Электронный ресурс]: учебник / Н.А. Ушакова, Рос. гос. ун-т физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Н.В. Филоненко. – М.: Колос-с, 2018. – 126 с. – (Учебники и учебные пособия для студентов высших учебных заведений). – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/682404

Дополнительная литература:

1. Булкова Т.М. Теоретико-методологические основы оздоровительной аэробики: учеб. пособие / Т.М. Булкова, Ю.П. Галкин. – Смоленск: СГАФКСТ, 2010. – 136 с.

2. Васильева, И.А. Организация и методика проведения занятий по общей физической подготовке в фитнес-зале с использованием практических заданий [Электронный ресурс]: учеб-методическое пособие по курсу «Физическая культура» / И. А. Васильева, В. Ю. Крылатых, А. О. Миронов [и др.]. – Москва: Дело, 2023. – 130 с.: табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=718778

3. Велединский, В.Г. Спортивно-оздоровительный сервис: учебник / В.Г. Велединский. – М.: КНОРУС, 2016. – 216 с.

4. Кафка, Б. Функциональная тренировка. Спорт, фитнес = Functional Fitness: einfach, effektiv, zeitsparend [Электронный ресурс]: просто, эффективно, быстро: новое направление фитнеса для начинающих, продвинутых и профессионалов / О. Йеневайн, Б. Кафка. – М.: Спорт, 2016. – 177 с.: ил. – Пер. с нем. – ISBN 978-5-906839-14-5. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641362

5. Ким Н.К. Фитнес: учебник / Н.К. Ким, М.Б. Дьяконов. – М.: Советский спорт, 2006. – 454 с.

6. Кравчук, Т.А. Методические рекомендации по внедрению стандарта предоставления физкультурно-оздоровительных услуг негосударственным организациям [Электронный ресурс]: методическое пособие: / Т. А. Кравчук, М. В. Малыгина, И. И. Самсонов, Ю. А. Мельникова – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2023. – 92 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722498

7. Кравчук, Т.А. Методические рекомендации по видам физкультурно-оздоровительных услуг при введении рекомендаций по предоставлению физкультурно-оздоровительных услуг негосударственным организациям [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Т. А.

Кравчук, И. Ю. Горская, А. В. Потешкин [и др.]: – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2024. – 92 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722486

8. Крючек Е.С. Аэробика: содержание и методика оздоровительных занятий / Е.С. Крючек. – М.: Терра Спорт, 2001. – 61 с.

9. Медведева, Е.Н. Фитнес-аэробика в системе физического воспитания студентов [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / Ю.В. Стрелецкая, О.В. Муштукова, Е.Н. Медведева. – Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2008. – 49 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/243502

10. Пармузина, Ю.В. Основы фитнес-аэробики [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.П. Горбанева, Ю.В. Пармузина. – Волгоград: ВГАФК, 2011. – 149 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/230552

11. Савин, С.В. Педагогическое проектирование занятий фитнесом с лицами зрелого возраста [Электронный ресурс] / О.Н. Степанова, С.В. Савин. – М.: УЦ «Перспектива», 2015. – 251 с. – ISBN 978-5-98594-550-8. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/304388

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	**05.005 (ИМ)** **B/05.5** Проведение физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися, занимающимися во время занятий физической культурной в спортивном сооружении и на его территории **C/01.5** Организация проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации **C/03.5** Обеспечение безопасности и профилактика травматизма занимающихся в физкультурно-спортивной организации	*Знает:* значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; основы организации здорового образа жизни. *Умеет:* планировать отдельные занятия занятий по ОФК; определять и учитывать величину нагрузки на занятиях. *Имеет опыт:* проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима.
ОПК-1 Способен	**5.005 (ИМ)** **B/05.5** Проведение	*Знает:* целевые результаты и параметры применяемых

планировать содержание занятий с учетом положений теорий физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися, занимающимися во время занятий физической культурной в спортивном сооружении и на его территории **С/01.5** Организация проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации **С/03.5** Обеспечение безопасности и профилактика травматизма занимающихся в физкультурно-спортивной организации	нагрузок. *Умеет:* определять задачи, подбирать средства и методы, величину тренировочной нагрузки для решения задач учебно-тренировочного процесса. *Имеет опыт:* планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
ОПК-2 Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	**5.005 (ИМ)** **В/05.5** Проведение физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися, занимающимися во время занятий физической культурной в спортивном сооружении и на его территории **С/01.5** Организация проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации **С/03.5** Обеспечение безопасности и профилактика травматизма занимающихся в физкультурно-спортивной организации	*Знает:* способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. *Умеет:* нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; формировать основы физкультурных знаний. *Имеет опыт:* проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся.
ОПК-3 Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной и рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью	**5.005 (ИМ)** **В/05.5** Проведение физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися, занимающимися во время занятий физической культурной в спортивном сооружении и на его территории **С/01.5** Организация проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации **С/03.5** Обеспечение	*Знает:* способы обучения технике оздоровительных физических упражнений. *Умеет:* нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; формировать основы физкультурных знаний. *Имеет опыт:* разрабатывать и проводить физкультурно-оздоровительные занятия с использованием современных фитнес-технологий.

	безопасности и профилактика травматизма занимающихся в физкультурно-спортивной организации	
ОПК-14 способен внедрять инновационные технологии туристских, оздоровительно-рекреационных и оздоровительных услуг	**5.005 (ИМ)** **B/05.5** Проведение физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися, занимающимися во время занятий физической культурной в спортивном сооружении и на его территории	*Знает:* инновационные фитнес-технологии, применяемые в оздоровительно-рекреационной деятельности различного контингента населения. *Умеет:* применять инновационные фитнес-технологии с учетом индивидуальных особенностей занимающихся. *Имеет опыт:* навыками внедрения инновационных оздоровительно-рекреационных технологий в физкультурную деятельность населения и формирования потребности в фитнес-услугах.
ПК-5 Способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с целью успешной реализации рекреационно-оздоровительного, спортивного, туристского и фитнес продукта	**5.005 (ИМ)** **B/05.5** Проведение физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися, занимающимися во время занятий физической культурной в спортивном сооружении и на его территории **C/01.5** Организация проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации **C/03.5** Обеспечение безопасности и профилактика травматизма занимающихся в физкультурно-спортивной организации	*Знает:* способы формирования осознанной потребности в систематических физкультурно-оздоровительных занятиях. *Умеет:* нормировать и регулировать нагрузки на фитнес занятиях с целью успешной реализации фитнес-продукта. *Имеет опыт:* проводить физкультурно-оздоровительную работу с различным контингентом населения с целью повышения их работоспособности по средствам фитнес-продукта.

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль знаний студентов осуществляется в форме: устного опроса, доклада с презентацией, составление УТ конспектов, проведение практических занятий, контроль техники и результатов пройденных видов.

Итоговый контроль: зачет.

7.2.2 Тестовые задания

Форма тестовых заданий – вопрос, к нему три ответа, один из которых правильный. Тестовые задания содержат всего 10 вопросов.

Нормы оценки ответов на тестовые задания – по 1 баллу за правильный ответ на 1 вопрос.

Критерии оценки:

10-9 баллов – отлично

8-7 баллов – хорошо

6 баллов – удовлетворительно

меньше 6 баллов – неудовлетворительно

1. Кто впервые ввел термин аэробика?

а) К. Купер;

б) Д. Фонда;

в) Дж.Миллер.

2. Развитие какого физического качества не является приоритетным в процессе занятий классической и степ- аэробикой?

а) аэробная выносливость;

б) гибкость;

в) координация.

3. Сколько раз в неделю рекомендовано заниматься оздоровительно-рекреационными занятиями?

а) 5 раз;

б) 2-3 раза;

в) 1 раз.

4. Что такое силовая аэробика?

а) комплексы упражнений силовой направленности;

б) эффективная форма физического развития, подготовленности и оздоровления;

в) вид оздоровительной аэробики, направленный на проработку всех основных мышечных групп с использованием дополнительного оборудования и без.

5. Понятие «велнес» означает :

а) состояние душевной гармонии;

б) философию и стиль жизни;

в) состояние душевной гармонии, оздоровление и поддержание здоровья, философию и стиль жизни.

6. Отметьте вид занятий, не относящихся к циклическомй направлению в аэробике:

а) стретчинг;

б) классическая аэробика;

в) степ-аэробика.

7. Что не используют в подготовительной части классической аэробики?

а) стретчинг;

б) кардиотренажеры;
в) шаги классической аэробики.

8. Метод тренировки при котором чередуются упражнения аэробной и силовой направленности?

а) интервальный;
б) круговой;
в) сплит.

9. С какой целью применяются неустойчивые поверхности на занятиях функциональным тренингом?

а) развитие равновесия;
б) укрепление мышц-стабилизаторов;
в) для разнообразия.

10. На какую мышечную группу рекомендовано обращать внимания на занятиях функциональным тренингом?

а) мышцы бедра и ягодиц;
б) мышцы спины и груди;
в) мышцы «кора».

7.2.3. Вопросы к зачету

1. Характеристика организационных форм фитнеса, применяемых в оздоровительно-рекреационной работе с населением.
2. Форматы фитнес-услуг рекреационной направленности.
3. Характеристика программы « классическая аэробика».
4. Характеристика программы «степ-аэробика».
5. Характеристика программы «силовая аэробика».
6. Направленность воздействия классической, степ- и силовой аэробики на организм занимающихся.
7. Программы группового формата, рекомендуемые в работе с различным контингентом населения.
8. Характеристика видов и направлений фитнеса.
9. Определение понятия «фитнес-технология».
10. Определение базовых понятий «физическая культура», «спорт», «физическая подготовка», «здоровье», «оздоровление», «рекреация».
11. Характеристика специфики фитнес-услуг.
12. Какие сущностные признаки заключены в понятии «физкультурно-оздоровительный сервис».
13. Структура и содержание занятий классической, степ- и силовой аэробикой.
14. Планирование тренировочного занятия. Виды и сущность планирования.
15. Основные этапы разработки план-конспекта оздоровительно-рекреационного занятия.
16. Функции физкультурно-оздоровительных предприятий, удовлетворяющих потребности отдельно взятой личности оздоровительно-рекреационных услугах.

17. Основные требования к занятиям классической и степ-аэробикой, организованным профессиональным инструктором.
18. Правила, которые следует соблюдать при организации, планировании и проведении занятий фитнесом с целью профилактики травматизма.
19. Характерные для модели инструктора групповых программ личностные качества.
20. Характерные для модели инструктора групповых программ профессиональные качества.
21. Необходимые умения и навыки, которыми должен обладать инструктор групповых программ.
22. Способы влияния физкультурно-оздоровительных предприятий на формирование потребности услуг.
23. Способы воздействия на формирование потребности личности в занятиях физическими упражнениями и потребление услуг.
24. Значение понятия «потребление физкультурно-оздоровительных услуг».
25. Характеристика потребления физкультурно-оздоровительных услуг населением в современных условиях.
26. Способы регулирования потребления физкультурно-оздоровительных услуг.

Критерии оценки:

«отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением студента подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Студент должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные емкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь студента должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе студента как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Студент испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, не достаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные

вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«неудовлетворительно» - студент не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

В качестве критерия измерения компетентности бакалавров следует применять различные уровни их оценки*:*

• ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература:

1. Белова, Ю.В. Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности[Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Ю.В. Белова, О.И. Ткачева, Е.Ю. Смирнов .— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2022 .— 156 с. — ISBN 978-5-6047612-3-6 .— URL: https://lib.rucont.ru/efd/807702

2. Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика: учебник для вузов / Ю.В. Менхин, А.В. Менхин. – М.: Физкультура и спорт, 2009. – 432 с.

3. Просветова, О.В. Базовая аэробика в групповых программах [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / Г.О. Краснова, О.В. Просветова.— Волгоград: ВГАФК, 2010.— 117 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/228997

4. Филоненко, Н.В. Маркетинг физкультурно-спортивных и спортивно-зрелещных услуг [Электронный ресурс]: учебник / Н.А. Ушакова, Рос. гос. ун-т физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Н.В. Филоненко. – М.: Колос-с, 2018. – 126 с. – (Учебники и учебные пособия для студентов высших учебных заведений). – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/682404

Дополнительная литература:

1. Булкова Т.М. Теоретико-методологические основы оздоровительной аэробики: учеб. пособие / Т.М. Булкова, Ю.П. Галкин. – Смоленск: СГАФКСТ, 2010. – 136 с.

2. Васильева, И.А. Организация и методика проведения занятий по общей физической подготовке в фитнес-зале с использованием практических заданий [Электронный ресурс]: учеб-методическое пособие по курсу «Физическая культура» / И. А. Васильева, В. Ю. Крылатых, А. О. Миронов [и др.]. – Москва: Дело, 2023. – 130 с.: табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=718778

3. Велединский, В.Г. Спортивно-оздоровительный сервис: учебник / В.Г. Велединский. – М.: КНОРУС, 2016. – 216 с.

4. Кафка, Б. Функциональная тренировка. Спорт, фитнес = Functional Fitness: einfach, effektiv, zeitsparend [Электронный ресурс]: просто, эффективно, быстро: новое направление фитнеса для начинающих, продвинутых и профессионалов / О. Йеневайн, Б. Кафка. – М.: Спорт, 2016. – 177 с.: ил. – Пер. с нем. – ISBN 978-5-906839-14-5. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641362

5. Ким Н.К. Фитнес: учебник / Н.К. Ким, М.Б. Дьяконов. – М.: Советский спорт, 2006. – 454 с.

6. Кравчук, Т.А. Методические рекомендации по внедрению стандарта предоставления физкультурно-оздоровительных услуг негосударственным организациям [Электронный ресурс]: методическое пособие: / Т. А. Кравчук, М. В. Малыгина, И. И. Самсонов, Ю. А. Мельникова – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2023. – 92 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722498

7. Кравчук, Т.А. Методические рекомендации по видам физкультурно-оздоровительных услуг при введении рекомендаций по предоставлению физкультурно-оздоровительных услуг негосударственным организациям [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Т. А. Кравчук, И. Ю. Горская, А. В. Потешкин [и др.]: – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2024. – 92 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722486

8. Крючек Е.С. Аэробика: содержание и методика оздоровительных занятий / Е.С. Крючек. – М.: Терра Спорт, 2001. – 61 с.

9. Медведева, Е.Н. Фитнес-аэробика в системе физического воспитания студентов [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / Ю.В. Стрелецкая, О.В. Муштукова, Е.Н. Медведева. – Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2008. – 49 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/243502

10. Пармузина, Ю.В. Основы фитнес-аэробики [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.П. Горбанева, Ю.В. Пармузина. – Волгоград: ВГАФК, 2011. – 149 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/230552

11. Савин, С.В. Педагогическое проектирование занятий фитнесом с лицами зрелого возраста [Электронный ресурс] / О.Н. Степанова, С.В. Савин. – М.: УЦ «Перспектива», 2015. – 251 с. – ISBN 978-5-98594-550-8. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/304388нный ресурс]: учеб.-метод. пособие / Ю.В. Стрелецкая, О.В. Муштукова, Е.Н. Медведева.— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2008.— 49 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/243502

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Электронно-библиотечная система «Руконт» [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://lib.rucont.ru/

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

При подготовке к зачету особое внимание следует обратить на следующие моменты:

1. Разработку и грамотное оформление конспекта предлагаемого занятия: цель и задачи, оборудование, структура занятия, профессиональная терминология, методические указания.
2. Технику показа упражнений, пояснения.
3. Соответствие содержания занятия целям и задачам.
4. При подготовке рекомендуется использование Интернет-ресурсов, видео- и аудио-техники.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 215 (методический кабинет) – помещение для групповых занятий, индивидуальных и групповых консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 16; для преподавателя – 1. Интерактивная системаVTRON IDB 4650 LCD 52'. Персональный компьютер.
2.	Аудитория № 219 – помещение для групповых занятий, индивидуальных и групповых консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 18; для преподавателя – 1. Программно-аппаратный комплекс ТИП 4.
3.	Хореографический зал № 201 – помещение для практических групповых занятий, индивидуальных и групповых консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектован специализированным оборудованием и инвентарем. Количество тренировочных мест: для студентов – 16; для преподавателя – 1.

64.	Тренажерный зал № 206 – помещение для практических групповых занятий, индивидуальных и групповых консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектован специализированным тренажерным оборудованием. Количество тренировочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1.

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1.	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2.	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3.	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4.	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5.	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6.	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7.	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8.	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9.	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано:

Ответственный за ОПОП
по направлению подготовки 49.03.03«Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
направленность (профиль) «Спортивно-оздоровительный туризм»
к.п.н., доцент _____ Васильева З.В.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«27» мая 2026 г.
протокол № 10
Заведующий кафедрой
Е.П. Писаренкова

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«29» мая 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ВИДЫ РЕКРЕАЦИОННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ «ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА»

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная
Курс – 1-2
Семестр – 2, 3
Итоговая форма контроля – зачет (3 семестр)

Рабочую программу разработали:
доцент Свирин А.Н.

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта 3
1.1. Краткая характеристика изучаемой дисциплины 4
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 9
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 10
5. Содержание, структурированное по разделам (темам) 10
5.1. Количество часов по видам занятий 10
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий 11
6. Самостоятельная работа студентов 15
7. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 16
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 16
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы 2
7.3. Тестовые задания по дисциплине 4
8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины 9
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet,необходимые для освоения дисциплины 10
10. Методические указания студентам 10
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины 12
12. Лицензионное программное обеспечение 15

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Рабочая программа дисциплины «Виды рекреационной физической культуры: легкая атлетика» разработана в соответствии с ФГОС 3++, утвержденным Приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 943, с изменениями, внесенными приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 26. 11. 2020 года №1456.

Область профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования, в сфере научных исследований);

04 – Культура, искусство (в сфере туризма, в сфере санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 – Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания, в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса;в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы задач профессиональной деятельности

-Тренерские
- Педагогические
- Рекреационно-оздоровительные
- Организационно-методические
- Организационно-управленческие
- Научно-исследовательские

Профессиональные стандарты **(ПС)***:*

- 05.003 – Тренер (ПС)
- 05.005 – Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта
- 05.012 – Тренер-преподаватель

1.1. Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Виды рекреационной физической культуры: легкая атлетика» Б1.О.31.02 включена в обязательную часть блока Б1 учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++ по направлению 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм».

Целью дисциплины является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, легкоатлетических упражнений для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к повседневной и профессиональной деятельности. Формирование педагогического мышления на основе знаний особенностей организации педагогического процесса по становлению и формированию жизненно необходимых двигательных умений и навыков.

Основными задачами данной дисциплины являются:

1. Понимание социальной значимости физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;

2. Выполнение установленных нормативных требований по физической подготовке при удовлетворительной практической демонстрации техники осваиваемых легкоатлетических видов, подготовка к выполнению нормативных требований по видам тестирования ВФСК ГТО.

3. Овладение основами методики обучения технике легкоатлетических упражнений, наиболее широко используемых на практике, в том числе комплексе ГТО.

4. Овладение практическими навыками проведения занятий с использованием легкоатлетического материала для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

5. Научиться анализировать и оценивать качество проведенных упражнений, качество занятий и их серий в целом, а также грамотно составлять и анализировать конспекты занятий с использованием легкоатлетического материала.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК 7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной

ОПК 1 - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теорий физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.

ОПК-2 - Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приёмов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке

ОПК-3 - Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью

ПК-1 - Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки.

ПК-2 - Способен реализовывать образовательный процесс по дополнительным общеобразовательным программ, программам профессионального обучения, среднего профессионального образования (СПО), дополнительным профессиональным программам (ДПП) (ПС 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» А/01.6, А/02.6; ПС 01.004 «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования» А/01.6).

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать: - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования.	ПС «Тренер» С/03.6 ПС «ИМ» В/03.5 ПС «ПОО» А/01.6	УК -7

Уметь: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. **Иметь опыт:** - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - владения техникой легкоатлетических упражнений на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности**.**		
Знать: - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - методики обучения технике видов легкой атлетики; **Уметь:** - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;	ПС «Тренер» B/02.5; C/02.6 ПС «ИМ» B/03.5 ПС «ПОО» A/01.6	ОПК-1

- повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - подбирать средства и методы для решения задач учебного процесса на занятиях легкой атлетикой; - подбирать величину тренировочной нагрузки на занятиях легкой атлетикой в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; **Иметь опыт:** - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств легкой атлетики; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ;		
Знать: - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - методики массового и индивидуального отбора в виды легкой атлетики. **Уметь:** - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов; **Иметь опыт:** - проведения оценки функционального состояния человека; - обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации;	Т. С/01.6	ОПК-2
Знать: - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях ; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры средствами легкой атлетики; - способы реализации здоровье	Т. А/02.5	ОПК-3

формирующих возможностей, средств и условий использования легкой атлетики, как базового вида физкультурно-спортивной деятельности; **Уметь:** - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся **Иметь опыт:** - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); организации.		
Знать: **-**Характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ по легкой атлетике - роль легкой атлетики в основной профессиональной образовательной программе СПО и (или) ДПП, и (или) образовательной программе профессионального обучения; - методику обучения легкоатлетическим видам. **Уметь:** **-**Осуществлять деятельность, соответствующую дополнительной общеобразовательной программе по легкой атлетике; **--** контролировать и оценивать работу обучающихся на учебных занятиях (по гимнастике) и самостоятельную работу;	ПС «ПОО» А/01.6 ПС «ППО» А/01.6 ПС «ПДО» А/01.6	ПК-1

- владеть формами и методами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий. **Иметь опыт:** **-** Проведения отбора обучающихся в объединения спортивной направленности (для преподавания по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта) (легкая атлетика) **--** планирования и проведения учебных занятий легкой атлетики.		
Знать: Современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся по видам рекреационной физической культуры: легкая атлетика» **Уметь:** Использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения видам рекреационной физической культуры: легкая атлетика, в том числе по индивидуальным учебным планам, ускоренным курсам в рамках федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования **Иметь опыт:** Планирования и осуществления учебного процесса в соответствии с основной общеобразовательной программой по видам рекреационной физической культуры: легкая атлетика	ПС «Тренер» A/01.5, A/02.5, B/02.5, C/02.5; ПС «ИМ» A/01.4, A/02.4	ПК-2

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

«Виды рекреационной физической культуры: легкая атлетика» относится к блоку Б1. обязательной части Виды рекреационной физической культуры: Легкая атлетика Б1.О.31.02. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе, по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля зачет: 6 семестр.

Формирование знаний, умений и навыков в области лёгкой атлетики способствует освоению следующих дисциплин: лыжный спорт, гимнастика, спортивные игры, плавание, основы спортивно-оздоровительного туризма, безопасность жизнедеятельности.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы «Виды рекреационной физической культуры (легкая атлетика)»

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры	
			5	6
Контактная работа преподавателя с обучающимися				
Лекции		2	2	-
Практические занятия		10	6	4
Итоговая аттестация (зачет)		4	-	4
Самостоятельная работа		92	28	64
Общая трудоемкость	часы	108	36	72
	ЗЕ	3	1	2

5. Содержание, структурированное по разделам (темам)

5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы и темы	Всего часов	Практич. занятия	Лекции	Самостоятельная работа
1. Введение в легкую атлетику	2		2	
2. Анализ техники спортивной ходьбы, бегу на короткие дистанции, бегу на выносливость	8			8
3. Анализ техники прыжков в высоту и длину	8			8
4. Анализ техники метания гранаты	8			8
5. Анализ техники и методика обучения изучаемых видов	20			20
5. Техника легкоатлетических видов и методика их преподавания:				
спортивная ходьба бег на выносливость	10	2		8
прыжки в высоту («перешагивание») прыжки в длину	10	2		8
метание гранаты	10	2		8
бег на короткие дистанции эстафетный бег	10	2		8
6. Проведение отдельных частей и урока в целом	2	2		

7. Составить комплекс упражнений для подготовительной части урока по легкой атлетике	6			6
8. Написать конспект урока по легкой атлетике в общеобразовательной школе	10			10
Аттестация (зачет)	4			
Всего:	108	10	2	92

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

Методические занятия по данному курсу проводятся в форме интерактивной лекции (мультимедийных презентаций, видеороликов), в которой передача преподавателем информации студентам сопровождается показом различных рисунков, структурно-логических схем, опорных конспектов, диаграмм и т. п. с помощью ТСО и ЭВМ.

Тема 1. Введение в легкую атлетику

Лекция (2 часа).

Определение легкой атлетики, содержание, классификация и характеристика легкоатлетических упражнений. Основные исторические аспекты развития легкой атлетики и отдельно видов. Оздоровительное, образовательное и воспитательное значение занятий ходьбой, бегом, прыжками, метаниями. Легкая атлетика - как средство повышения физической подготовленности, ее связь с другими видами спорта. Содержание и задачи курса.

Литература: 1,2,3,4,6,8,10 http:/www.trackandfield.ru, http://www.iaaf.org, http://lib.sportedu.ru

Изучение темы направлено на приобретение знаний: об основных этапах развития легкой атлетики как вида спорта в мировом спортивном движении, в России, о роли легкой атлетики и системы легкоатлетических упражнений, как эффективного и доступного средства физической культуры и спорта;

Умений: использовать средства легкой атлетики для повышения физической подготовленности.

Навыков: применения средств и методов легкой атлетики в профессиональной деятельности *и формирование компетенций УК-7; ОПК-1,2,3; ПК-1,2;*

Практические занятия

Техника легкоатлетических видов и методика их преподавания

Тема 1. Методика обучения техники спортивной ходьбы и бега на выносливость.

Практические занятия 2 часа.

Краткая историческая справка. Правила соревнований. Основные периоды, фазы, моменты. Последовательность обучения технике спортивной ходьбы: движения ног и таза, рук и туловища, соединение основных элементов в единое целое. Дистанции соревновательные и в программе третирования ВФСК ГТО. Правила соревнований. Последовательность обучения технике бега на выносливость: бег по прямой и повороту, технике высокого старта, финишированию. Основные ошибки, способы их предупреждения и устранения.

Контрольные нормативы: оценка техники и результата спортивной ходьбы (девушки 400м, юноши 1000м) и бега на 800м.

Литература:1,3,4,5,7,8 http:/www.trackandfield.ru, http://lib.sportedu.ru

Изучение темы направлено на приобретение знаний: о технике и методике обучения спортивной ходьбы и бега на выносливость;

Умений: демонстрировать технику спортивной ходьбы и бега на выносливость;

Навыков: проведения занятий с использованием средств и методов лёгкой атлетики, контролирует эффективность выполнения упражнений, разрабатывает и использует приемы их совершенствования *и формирование компетенций УК-7; ОПК-1,2,3; ПК-1,2;*

Тема 2. Методика обучения техники метания гранаты.

Практические занятия 2 часа.

Краткая историческая справка, основные правила соревнований по метанию гранаты. Последовательность обучения технике: правильно держать и выбрасывать снаряд, фазе финального усилия, соединению основных элементов в единое целое. Основные ошибки, способы их предупреждения и устранения.

Контрольные нормативы: оценка техники и результата метания гранаты (девушки 500г, юноши 700г)

Контрольные нормативы: оценка техники и результата метания гранаты (девушки 500г, юноши 700г)

Литература: Литература:1,3,4,5,7,8 http:/www.trackandfield.ru,
http://lib.sportedu.ru

Изучение темы направлено на приобретение знаний: о технике и методике обучения метания гранаты;

Умений: демонстрировать технику метания гранаты;

Навыков: проведения занятий с использованием средств и методов лёгкой атлетики, контролирует эффективность выполнения упражнений, разрабатывает и использует приемы их совершенствования *и формирование компетенций УК-7; ОПК-1,2,3; ПК-1,2;*

Тема 3. Методика обучения техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» и прыжка в длину с места и с разбега

Практические занятия 2 часа.

Краткая историческая справка, основные правила соревнований по прыжкам в высоту и длину. Последовательность обучения технике прыжков в высоту: отталкиванию, переходу через планку, разбегу, сочетание разбега с отталкиванием, приземлению, основные правила соревнований по прыжкам в длину, правила тестирования в программе комплекса ГТО. Последовательность обучения технике прыжков в длину: отталкиванию, разбегу, сочетание разбега с отталкиванием, приземлению, соединению основных элементов в единое целое. Основные ошибки, способы их предупреждения и устранения.

Контрольные нормативы: оценка техники и результата прыжка в высоту способом «перешагивание» и длину способом «согнув ноги».

Литература: Литература:1,3,4,5,7,8 http:/www.trackandfield.ru,
http://lib.sportedu.ru

Изучение темы направлено на приобретение знаний: о технике и методике обучения прыжка в высоту способом «перешагивание» и длину способом «согнув ноги»;

Умений: демонстрировать технику прыжка в высоту способом «перешагивание» и длину способом «согнув ноги»;

Навыков: проведения занятий с использованием средств и методов лёгкой атлетики, контролирует эффективность выполнения упражнений, разрабатывает и использует приемы их совершенствования *и формирование компетенций УК-7; ОПК-1,2,3; ПК-1,2;*

Тема 4. Методика обучения бега на короткие дистанции и эстафетному бегу 4х100м.

Практические занятия 2 часа.

Краткая историческая справка. Дистанции соревновательные и в

программе третирования ВФСК ГТО. Правила соревнований. Последовательность обучения технике бега на короткие дистанции: старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Последовательность обучения технике эстафетного бега: старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Передача эстафетной палочки на месте и в движении, в зоне передачи на скорости. Основные ошибки, способы их предупреждения и устранения.

Контрольные нормативы: оценка результата эстафетного бега 4х100 м и бега 100м.

Литература: Литература:1,3,4,5,7,8 http:/www.trackandfield.ru, http://lib.sportedu.ru

Изучение темы направлено на приобретение знаний: о технике и методике обучения бега на короткие дистанции и методике обучения эстафетного бега;

Умений: демонстрировать технику бега на короткие дистанции и технику эстафетного бега;

Навыков: проведения занятий с использованием средств и методов лёгкой атлетики, контролирует эффективность выполнения упражнений, разрабатывает и использует приемы их совершенствования *и формирование компетенций УК-7; ОПК-1,2,3; ПК-1,2;*

Педагогическое мастерство (учебная практика)

Практические занятия 2 часа.

Для подготовки к учебной практике в общеобразовательной школе студенты проводят самостоятельно:

- комплексы ОРУ в подготовительной части урока;
- обучение конкретному виду легкой атлетики с помощью специальных и подводящих упражнений;
- различные части урока по легкой атлетике и урок в целом.

Изучение темы направлено на приобретение знаний: о методике составления конспекта урока по легкой атлетике в школе; технике безопасности при занятиях физкультурно-спортивной деятельностью.

Умений: использовать разнообразные формы проведения ОРУ с учетом возрастных, морфофункциональных особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья, определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развитии физических качеств и находить методику их устранения.

Навыков: организации мест занятий в соответствии с установленными санитарно-гигиеническими нормативами в легкой атлетике; владеть современными образовательными и воспитательными технологиями, способами организации учебно-познавательной деятельности, формами и методами проведения занятий, использовании на практике средства, методы и приемы обучения двигательным действиям *и формирование компетенций УК-7; ОПК-1,2,3; ПК-1,2;*

6. Самостоятельная работа студентов

Проводится в форме выполнения домашних заданий в виде: утренней гимнастики; выполнение упражнений с целью развития двигательных способностей для успешной сдачи практических нормативов по легкой атлетике, совершенствования техники программных видов. Рекомендуется дополнительное изучение программного материала по учебникам, пособиям, лекциям и другой литературе.

Содержание занятий	Форма контроля	Литература
1. Составить комплекс упражнений для подготовительной части урока по легкой атлетике	Письменная работа	1,2,3,6,7,8 http://lib.sportedu.ru
2.Написать конспект урока по легкой атлетике в общеобразовательной школе	Письменная работа	1,2,3,6,7,8 http://lib.sportedu.ru
3. Совершенствование техники программных видов по легкой атлетике.	Сдача контрольных нормативов	1,3,4,5,7,8
4. Анализ техники и методика обучения изучаемых видов	Реферат	1,2,3,6,7,8 http://lib.sportedu.ru
5. Анализ техники спортивной ходьбы, бегу на короткие дистанции, бегу на выносливость	Письменная работа	1,2,3,6,7,8 http://lib.sportedu.ru
6. Анализ техники прыжков в высоту и длину	Письменная работа	1,2,3,6,7,8 http://lib.sportedu.ru
7. Анализ техники метания гранаты	Письменная работа	1,2,3,6,7,8 http://lib.sportedu.ru

7. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции	Индикаторы достижения компетенций
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ПС «Тренер» С/03.6 ПС «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» А/01.3 ПС «Тренер-преподаватель»	**Знает (пороговый уровень):** - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. **Умеет (стандартный уровень):** - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. **Иметь опыт (эталонный уровень):** - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической

		культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - владения техникой легкоатлетических упражнений на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности**.**
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ПС «Тренер» B/02.5; C/02.6 ПС «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» B/01.4 ПС «Тренер-преподаватель» A/01.6	**Знает (пороговый уровень):** - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - методики обучения технике видов легкой атлетики; - планирование и содержание занятий физической культурой и спортом **Умеет (стандартный уровень):** - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - подбирать средства и методы для решения задач учебного процесса на занятиях легкой атлетикой; - подбирать величину тренировочной нагрузки на занятиях легкой атлетикой в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; **Иметь опыт (эталонный уровень):** - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств легкой атлетики; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ;

ОПК-2 Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ПС «Тренер» А/01.5 ПС «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» В/02.4 ПС «Тренер-преподаватель» А/03.6	**Знает (пороговый уровень):** **-** методику планирования тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся - методику проведение занятий по физической культуре и спортом - методику выполнения с занимающимися занятий по легкой атлетике без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях **Умеет (стандартный уровень):** составлять планы тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся, физической культре - подбирать средства для занятий легкой атлетикой без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях **Иметь опыт (эталонный уровень):** - проведения тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся - проведения занятий по легкой атлетике без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях - проведения занятий по физической культуре и спортом
ОПК-3 Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью	ПС «Тренер» А/01.5 ПС «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» В/01.4	**Знает (пороговый уровень):** - содержание тренировочного занятия (подготовительной, основной и заключительной части), в том числе определение продолжительности, последовательности выполнения и организационно-методических указаний для отдельных комплексов легкоатлетических упражнений упражнений - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях ; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры средствами легкой атлетики; - содержание занятия по физической подготовке для развития физических качеств, способностей с учетом вида деятельности,

		социально-демографических и половозрастных характеристик занимающихся средствами легкой атлетики - способы реализации здоровье формирующих возможностей, средств и условий использования легкой атлетики, как базового вида физкультурно-спортивной деятельности; **Умеет (стандартный уровень):** **-** подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - подбирать и применять специальные комплексы легкоатлетических упражнений для развития физических качеств, способностей занимающихся с учетом вида их деятельности, социально-демографических и половозрастных характеристик - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся **Имеет опыт (эталонный уровень):** **-** подбора комплекса общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений на повышение уровня специальной физической подготовки **-** проведения занятий, мероприятий по физической подготовке для развития физических качеств, способностей с учетом вида деятельности, социально-демографических и половозрастных характеристик занимающихся - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента

		занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); организации.
ПК-1 Способен реализовывать образовательный процесс в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования; по дополнительным общеобразовательным программ, программам профессионального обучения, среднего профессионального образования (СПО), дополнительным профессиональным программам (ДПП);	ПС «Тренер» А/01.5 ПС «Тренер-преподаватель» А/01.6	**Знает (пороговый уровень):-** Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке **-** Цели и задачи образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые федеральными государственными образовательными стандартами общего образования **-**Характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ по легкой атлетике - роль легкой атлетики в основной профессиональной образовательной программе СПО и (или) ДПП, и (или) образовательной программе профессионального обучения; - методику обучения легкоатлетическим видам. **Умеет (стандартный уровень):** **-** подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся - Планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной предпрофессиональной программы **-**существлять деятельность, соответствующую дополнительной общеобразовательной программе по легкой атлетике; **-** контролировать и оценивать работу обучающихся на учебных занятиях (по гимнастике) и самостоятельную работу; - владеть формами и методами обучения, в том числе выходящими

		за рамки учебных занятий. **Имеет опыт (эталонный уровень):** **-** проведения комплекса общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений на повышение уровня специальной физической подготовки **-** проведения образовательного процесса в организации дополнительного образования, направленного на реализацию: дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта, содержание и сроки обучения по которой определяются организацией, осуществляющей образовательную деятельность; дополнительной предпрофессиональной программы в области физической культуры и спорта с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта **-** Проведения отбора обучающихся в объединения спортивной направленности (для преподавания по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта) (легкая атлетика)
ПК-2 Способен осуществлять учебно-тренировочный процесс на различных этапах подготовки и проведение занятий по физическому воспитанию.	ПС «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» D/02/5	**Знает (пороговый уровень):-** методику проведения занятий по физической подготовке детей и подростков к выполнению нормативов испытаний (тестов) - состав и содержание испытаний (тестов) для детей и подростков **Умеет (стандартный уровень):** **-** подбирать оптимальные комплексы упражнений и объемы нагрузки для гармоничного физического развития детей и подростков **Имеет опыт (эталонный уровень):** - проведения и контроля за безопасным использованием спортивного оборудования и инвентаря, безопасным выполнением комплексов упражнений детьми, подростками и за соблюдением ими норм этичного поведения

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

- ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

Текущий контроль осуществляется в виде тестового контроля знаний студентов. Итоговый контроль – зачет в 6 семестре.

Для подготовки к итоговому контролю необходимо:

1. Знать, теоретический материал следующих тем:
- основы техники легкоатлетических упражнений (ходьбы, бега, прыжков, метаний);
- техника и методика обучения пройденных видов легкой атлетики.

2. Получить положительную оценку за выполнение самостоятельной работы.

3. Получить положительную оценку за учебную практику:

- проведение отдельных элементов, связки техники изучаемых видов легкой атлетики;
- проведение отдельных частей урока по легкой атлетике.

4. Сдать практический зачет по технике пройденных видов легкой атлетики при условии одновременного выполнения следующих нормативов:

Виды легкой атлетики	НОРМАТИВЫ					
	женщины			мужчины		
	5	4	3	5	4	3
Спортивная ходьба	Оценка техники					
Бег на 800 м (мин, с)	3:45,0	3:55,0	4:00,0	2:55,0	3:00,0	3:10,0
Метание гранаты (м)	20	18	15	33	30	27
Прыжки в высоту (см)	115	110	100	130	125	120
Бег на 100 м (с)	17,5	18,5	19,5	15,1	16,1	17,1
Эстафетный бег (мин,с)	1:25,0	1:45,0	1:55,0	1:15,0	1:25,0	1:35,0
Прыжки в длину (мм)	300	290	280	380	360	350
Прыжки в длину с места	170	160	150	215	210	205

Лица, отнесенные по состоянию здоровья к специальной медицинской группе вместо сдачи практических нормативов, защищают реферат на одну из заданных тем.

Освобождение студентов от практических занятий по физической подготовке допускаются только на основании заключения врача.

Примерная тематика рефератов

1. Анализ техники и методика обучения следующих, легкоатлетических видов:
   - спортивной ходьбы;

- бегу на короткие дистанции;
- бегу на выносливость;
- эстафетному бегу;
- прыжку в высоту с разбега способом «перешагивание»;
- прыжку в длину с разбега;
- метания гранаты;

2. Влияние оздоровительной ходьбы и бега на организм человека.
3. Содержание занятий оздоровительной ходьбой и бегом.

Обзорный реферат представляемый к итоговой аттестации должен иметь следующую структуру: *титульный лист*, *план-оглавление*, *введение* (дается постановка вопроса, объясняется выбор темы, ее значимость, могут указываться цель и задачи реферата), *основная часть* (каждый ее раздел доказательно раскрывает отдельный вопрос или одну из его сторон, логически является продолжением предыдущего; в основной части могут быть представлены таблицы и рисунки), *заключение* (подводятся итоги или дается обобщенный вывод по теме реферата, могут предлагаться рекомендации и перспективы дальнейшего решения проблемы), *список литературы* (включает не менее 5-6 различных источников).

Тема реферата, доклада или сообщения указывается преподавателем заранее, в зависимости от полноты раскрытия темы преподаватель может провести опрос по тексту работы либо оценить её без проведения опроса.
Требуемое оформление текста: формат А4, шрифт Times New Roman, кегль 14, межстрочный интервал 1,5.

Образец титульного листа реферата

СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА

Факультет физической культуры, спорта и оздоровительных технологий

Кафедра теории и методики легкой атлетики

НАЗВАНИЕ ТЕМЫ

Студент-исполнитель _____

Оценка за работу _____

«___» _____ 20__ г.

Смоленск 20__

Образец ОГЛАВЛЕНИЯ

(на примере темы «Анализ техники и методика обучения бега на короткие дистанции»)

Введение (дается историческая справка и современное состояние вида) 3
Основы техники бега (приводятся факторы, определяющие спортивный результат и структурные единицы движения) ……**.**4
Анализ техники бега на короткие дистанции (характеризуются составные части и их двигательные задачи) …….. 6
Методика обучения техники бега на короткие дистанции (выделяются основные задачи, приводятся средства для их решения, даются методические указания)……. 8
Характерные ошибки при обучении техники бега на короткие дистанции и способы их исправления ……. 11
Правила и организация соревнований по бегу на короткие дистанции (дается характеристика мест соревнований, инвентаря и оборудования, судейских бригад и их обязанностей, приводятся возможные нарушения правил и необходимые меры безопасности при проведении соревнований) 13
Список литературы (содержит наименования не менее 5 использованных источников) ……...15

7.3. Тестовые задания по дисциплине

Инструкция для выполнения тестирования: необходимо выбрать один из предложенных вариантов ответа

Вопросы и варианты ответов по теме:

«Классификация и характеристика легкоатлетических упражнений»

1. *Сколько комплектов медалей разыгрывается в легкоатлетических дисциплинах на Олимпийских играх?*

   а) 36 б) 42 в) 46 г) 48

2. *Назовите дисциплины спринтерского бега, включенные в программу крупнейших соревнований?*

   а) 100 б) 200 в) 300 г) 400 д) 800

3. *Назовите продолжительность марафонской дистанции?*

   а) 40 км 260 м б) 41 км 190м в) 42 км 195 м г)46 км 196 м

4. *Сколько видов входит, соответственно, в мужское и женское многоборье?*

   а) 10 и 8 б) 5 и 3 в) 10 и 7 г) 8 и 6

5. *Назовите дистанции эстафетного бега в программе Олимпийских игр?*

   а)3 х 400м б) 4 х 100м в)4 х 400м г)2 по кругу

6. *В какой легкоатлетической дисциплине спортсмены преодолевают яму с водой?*

а) 2000 м с барьерами б)3000 м с препятствиями в)5000 м с барьерами г)3600 м с препятствиями

7. *Легкая атлетика – это вид спорта, который объединяет упражнения:*

а) ходьба, бег, прыжки, метания и составленные из этих видов многоборья;

б) ходьба, бег, прыжки и метания;

в) бег на короткие и длинные дистанции, прыжки в высоту и длину, метание молота, копья и гранаты;

г) марафонский бег, спринт, прыжки, метания, многоборья.

«История развития легкой атлетики»

1. *В каких видах легкой атлетики соревновались древние греки на Олимпийских играх?*

а) бег на короткие дистанции, прыжки в длину, метание копья, марафонский бег;

б) бег на короткие дистанции, метание диска, прыжки в высоту, метание копья;

в) марафонский бег, прыжки в длину, бег на короткие дистанции, толкание ядра;

г) бег на короткие дистанции, метание диска, прыжки в длину, метание копья.

2. *В каком году были проведены первые соревнования в истории современной легкой атлетики?*

а) 1824 г. б) 1837 г. в) 1888 г. г) 1896 г.

3. *Когда был организован первый спортивный кружок по легкой атлетике в России?*

а) 1812 г. б) 1888 г. в) 1912 г. г) 1918 г.

4. В каком году и где российские легкоатлеты впервые приняли участие в Олимпийских играх?

а) 1908г. - Лондон; в) 1952г. – Хельсинки;

б) 1912г. – Стокгольм; г) 1960г. - Рим.

5. *Назовите спортсменов-легкоатлетов, завоевавших больше всех олимпийских золотых медалей?*

а) П. Нурми б) Д. Оуэнс в) К. Льюис г) В. Санеев

6. Кто из отечественных легкоатлетов завоевал первую олимпийскую золотую медаль?

а) Л. Латынина б)Г.Зыбина в)Н. Пономарева г)Л. Кондратьева

7. В каком году отечественные легкоатлеты завоевали больше всех олимпийских медалей?

а) 1952 г. б) 1960 г. в) 1980 г. г) 1992 г.

«*Основы техники легкоатлетических упражнений*»

1. *Скорость бега по дистанции зависит, главным образом, от:*

а) величины реакции опоры;
б) ускорения силы тяжести;
в) силы сопротивления внешней среды;
г) длины и частоты шагов;
д) росто-весовых показателей спортсмена.

2. *Основной задачей разбега в прыжках является …*

а) создание оптимальной горизонтальной скорости движения;
б) быстрое достижение максимальной длины и частоты шагов;
в) создание благоприятных условий для вылета тела спортсмена под углом 45º;
г) приобретение правильного ритма шагов.

3. *Результативность прыжка определяется в первую очередь …*

а) техникой движений спортсмена в полетной фазе;
б) начальной скоростью и углом вылета тела прыгуна;
в) углом отталкивания и углом местности;
г) высотой подъема ОЦМТ перед взлетом;

4. *Основные факторы, влияющие на дальность полета снаряда, это …*

а) ускорение силы тяжести и угол вылета снаряда;
б) высота над уровнем моря и географическая широта места метания;
в) аэродинамические свойства снаряда и начальная скорость вылета;
г) начальная скорость и угол вылета снаряда; угол вылета и высота выпуска снаряда над землей.

5. *Скорость вылета снаряда зависит от …*

а) градиента силы;
б) угла вылета и сопротивления воздушной среды;
в) высоты выпуска снаряда над землей и его аэродинамических свойств;
г) величины силы приложения к снаряду, длины пути ее воздействия на снаряд и времени приложения.

6. *При непосредственной подготовке к финальному усилию …*

а) увеличивается скорость движения верхних звеньев тела метателя и снаряда по сравнению с нижними звеньями тела;
б) скорость движения верхних звеньев тела метателя и снаряда выравнивается со скоростью движения нижних звеньев тела;
в) увеличивается скорость движения нижних звеньев тела метателя по сравнению с верхними звеньями тела и снарядом.

7. *В связи с повышением точки вылета снаряда по отношению к точке приземления выгодно выбрасывать снаряд под углом …*

а) 45º; б) меньше 45º; в) превышающим 45º.

«Правила соревнований по легкой атлетике»

1. *Кто формирует состав судейской коллегии?*

а) главный судья соревнований;
б) организация, проводящая соревнования совместно с соответствующим президиумом коллегии судей;
в) главный секретарь соревнований совместно со старшими судьями по видам.

2.Укажите, в какой момент финиша судьи-хронометристы останавливают секундомеры?

а) касания туловищем воображаемой плоскости финиша;
б) пересечения ногой воображаемой плоскости финиша;
в) пересечения рукой или ногами финишного створа;
г) пересечения головой воображаемой плоскости финиша;
д) пересечения спортсменом финишного створа любой частью тела.

3. Время участника бега на 100 м, пришедшего на финиш первым, судьи зафиксировали тремя секундомерами. Однако, все три секундомера показали разное время: 1-й секундомер – 12,0 с, 2-й секундомер – 12,4 с, 3-й секундомер – 12,5 с. Какое время судьи дадут победителю забега?

а) лучшее время – 12,0 с;
б) худшее время – 12,5 с;
в) время среднего секундомера, т.е. 12,4 с;
г) среднее арифметическое время (сумма времени, показанная тремя секундомерами и деленная на три), т.е. 12,3 с.

4. *Назовите состав судейской бригады по прыжкам и метаниям?*

а) старший судья, судьи-измерители и секретарь;
б) главный судья, судьи-измерители и секретарь;
в) главный судья, старший судья, судьи-измерители и секретари;
г) старший судья, судьи-измерители, диспетчер и врач соревнований.

5. *В каком месте сектора должна находиться нулевая отметка измерительной ленты при определении дальности прыжка с помощью рулетки?*

а) в яме для приземления у ближайшей к бруску точки следа, оставленного любой частью тела прыгуна;

б) у бруска отталкивания;
г) по усмотрению старшего судьи нулевая отметка измерительной ленты может находиться в прыжковой яме или у бруска отталкивания.

6. *От какой точки круга производится измерение результата в толкании ядра?*

а) внутреннего края сегмента (деревянного бруска) до места приземления снаряда;
б) центра сегмента до места приземления снаряда;
в) наружного края сегмента до места приземления снаряда;
г) центра круга до места приземления снаряда.

7.4. Вопросы для итогового зачета по дисциплине «Виды рекреационной физической культуры (легкая атлетика) для студентов 2 курса

Зачет предусматривает проверку теоретических знаний студентов в объеме всей программы. Общая оценка выставляется с учетом практической подготовленности студента по пройденным видам легкой атлетики.

1. Оздоровительное, прикладное, воспитательное и образовательное значение занятий легкоатлетическими упражнениями.
2. Анализ техники бега на короткие дистанции.
3. Современное состояние легкоатлетических видов в программе Олимпийских игр (выдающиеся спортсмены нашей страны, чемпионы Олимпийских игр).
4. Анализ техники бега на средние дистанции.
5. Классификация и характеристика видов легкой атлетики.
6. Анализ техники эстафетного бега 4х100 м.
7. Анализ техники спортивной ходьбы
8. Общая характеристика беговых видов.
9. Анализ техники прыжка в высоту с разбега способом «фосбери-флоп».
10. Общая характеристика легкоатлетических прыжков.
11. Общая характеристика легкоатлетических метаний.
12. Анализ техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание».
13. Анализ техники тройного прыжка с разбега.
14. Анализ техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».
15. Анализ техники метания диска.
16. Цикл движений в беге (периоды, фазы, моменты).
17. Анализ техники толкания ядра.
18. Анализ техники метания гранаты и малого мяча.
19. Основные задачи частей техники бега.

20. Методика проведения занятий по оздоровительной ходьбе и бегу с лицами разного пола и возраста.
21. Основные задачи частей техники легкоатлетических прыжков.
22. Организация проведения и правила соревнований по бегу.
23. Основные задачи частей техники легкоатлетических метаний.
24. Организация проведения и правила соревнований по прыжкам.
25. Организация проведения и правила соревнований по метаниям.
26. Влияние занятий оздоровительной ходьбой и бегом на организм занимающихся.
27. Организация проведения и правила соревнований по кроссу.
28. Педагогический контроль и самоконтроль на занятиях оздоровительной ходьбой и бегом.
29. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике (виды соревнований, положение).
30. Врачебно-педагогический контроль и самоконтроль при занятиях оздоровительной ходьбой и бегом.

8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

Рекомендуемая литература (основная)

1. Жилкин А.И. Легкая атлетика: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений /А.И.Жилкин, В.С.Кузьмин, Е.В.Сидорчук.- М.: Издательский центр «Академия», 2003.- 464с.

2. Врублевский, Е.П. Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах) : учеб. пособие / Е.П. Врублевский .— 2- е изд., испр. и доп. – Москва : Спорт, 2016 .— 241 с. : ил. — ISBN 978- 5- 9907240- 3- 7 .– URL: https://lib.rucont.ru/efd/641202 (дата обращения: 01.06.2026)

3. Германов, Г. Н. Физическая культура в школе. Легкая атлетика : учебник для вузов / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. - Москва : Издательство Юрайт, 2026. - 461 с. - (Высшее образование). - ISBN 978- 5- 534- 04548- 2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: https://urait.ru/bcode/585754 (дата обращения: 02.06.2026).

4. Алхасов, Д. С. Базовые виды физкультурно- спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика : учебник для вузов / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. - 300 с. - (Высшее образование). - ISBN 978- 5- 534- 12402- 6. - Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: https://urait.ru/bcode/587951 (дата обращения: 02.06.2026).

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Бегай! Прыгай! Метай! : Официальное руководство ИААФ по обучению легкой атлетике: [учеб.- метод. пособие] / ред.: В.В. Балахничев, В.Б. Зеличенок; пер. А. Гнетова; Междунар. ассоц. легкоатлет. федераций .— Москва : Человек, 2013 .— 214 с. : ил. — Пер. с англ. — ISBN 978- 5- 904885- 96- 0 .— URL: https://lib.rucont.ru/efd/641137 (дата обращения: 01.06.2026)
2. Легкая атлетика. Энциклопедия. В 2 т. Т. 1. А- Н; Т. 2. О- Я [комплект] / ред. В.В. Балахничев; В.Б. Зеличенок, В.Н. Спичков, В.Л. Штейнбах; Междунар. федерация легкоатлет. федераций .— Москва : Человек, 2013 .— 1539 с. : ил. — Т. 1. — М.: Человек, 2012. — 708 с.; Т. 2. — М.: Человек, 2013. — 832 с. — ISBN 978- 5- 904885- 81- 6 (Т. 2) .— ISBN 978- 5- 904885- 80- 9 (Т. 1) .— URL: https://lib.rucont.ru/efd/641200 (дата обращения: 01.06.2026)
3. Никитушкин, В.Г. Физическое воспитание в школе. Легкая атлетика : учеб. пособие / Н.Н. Чесноков, Г.Н. Германов; В.Г. Никитушкин .— Москва : Физическая культура, 2012 .— 252 с. — ISBN 978- 5- 9746- 0167- 5 .— URL: https://lib.rucont.ru/efd/862791 (дата обращения: 01.06.2026)
4. Организация и методика проведения занятий оздоровительной ходьбой и бегом: метод. Рекомендации / Под ред. Дубинина Г.В., Конова Л.Г.- Смоленск: СГИФК,1994.- 17с.
5. Учебное пособие «Легкая атлетика» / Е. Я. Гридасова, Е. С. Кетлерова, В.В. Мехрикадзе, В. И. Никонов, Г.В. Самойлов, А. М. Степанова - Москва, ФГБОУ ВО РГУФКСМиТ, 2022 г. https://lib.rucont.ru/api/efd/806846/read

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet,необходимые для освоения дисциплины

Интернет-ресурсы

1. Электронно - библиотечная система Руконт https://lib.rucont.ru/search
2. Университетская библиотека онлайн. ONLINE http://biblioclub.ru/
3. Образовательная платформа Юрайт https://urait.ru/
4. Официальный сайт Всероссийской федерации легкой атлетики: Легкая атлетика России http://www. rusathletics.info
5. Олимпийский комитет России http://www.olympic.ru
6. Национальная информационная сеть "Спортивная Россия" http://www.infosport.ru

10. Методические указания студентам

При подготовке к зачету особое внимание следует обратить на следующие моменты:

1. Оценка знаний производится комплексно, и это находит свое отражение в компоновке вопросов в экзаменационном билете. Таким образом, пробел знаний в одном из перечисленных ниже направлений, не позволяет «компенсировать» этот недостаток за счет высокого уровня владения остальным материалом.

Оценка знаний на зачете осуществляется по следующим направлениям:

- знание исторических аспектов легкоатлетических видов;
- основы техники различных видов легкой атлетики;
- организация и судейство соревнований по легкой атлетике;
- проведение занятий оздоровительной ходьбой и бегом с лицами разного пола и возраста.

2. При подготовке к зачету необходимо учитывать последовательность изучения материала в ходе учебного процесса. Так прежде, чем приступить к повторению тем, касающихся, например, методики обучения технике отдельных видов легкой атлетики целесообразно вспомнить материал по основам техники легкоатлетических упражнений.

3. Целесообразно начинать подготовку к зачету с изучения собственных конспектов, лекций и методических занятий, а затем, переходить к более углубленному изучению частных вопросов, используя основную и дополнительную литературу.

4. Как показывает опыт приема зачета, следует уделить больше внимания освоению специальной терминологии. Это позволит более грамотно излагать собственные познания в области теории и методики легкой атлетики, полученные в процессе спортивно-педагогического совершенствования.

5. При подготовке вопросов касающихся современного состояния мировой и отечественной легкой атлетики рекомендуется активное использование Интернет-ресурсов (сайты Международной федерации легкой атлетики Всероссийской федерации легкой атлетики электронной библиотеки РГУФКСТ и т.п.).

Результатом овладения техникой вида легкой атлетики является её демонстрация в полном объеме и выполнение практического норматива. При оценивании техники выполнения вида по пятибалльной шкале рекомендуются следующие критерии:

«5» - выполнение техники вида в полном объеме.

«4» - выполнение техники с незначительными ошибками

«3» - выполнение техники со значительными ошибками

«2» - не выполнение основ техники.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1.	Аудитория №208 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 12;для преподавателя – 1. Учебная доска для фломастера настенная магнитная одноэлементная 100*159см. 3 шкафа с учебно- методической литературой, 1 трибуна для выступлений	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение № лицензии 2304170922065924300631, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250499 Node 1 year Educational Renewal License;
2.	Аудитория № 210 - помещение для занятий лекционного и семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1. Интерактивная доска TRIUMPH BOARD модель 55 MULTI Touch LED LCD, мышь компьютерная, клавиатура компьютерная, Учебная доска для фломастера настенная магнитная одноэлементная 100*159см, 1 шкаф, 2 кондиционера	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
			OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение № лицензии 2304170922065924300631, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250499 Node 1 year Educational Renewal License
3.	Аудитория № 219 - помещение для занятий лекционного и семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 81; для преподавателя – 3. Учебная доска для фломастера настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Перечень технических средств обучения: Проекционный экран Interactivy 1280c, TRIUMPH BOARD модель 55 MULTI Touch LED LCD, мышь компьютерная, клавиатура компьютерная, проектор inFocusIN122a (стационарный), 2 колонки BOSE, интерактивное устройство VirtualInk Mimio Xiinteractive, Вешалки напольные для одежды 3 шт.	
4.	Легкоатлетический манеж – помещение для групповых занятий и текущего	Укомплектованы специализированной мебелью и тренажерами для занятий легкой атлетикой:	

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
	контроля	1. Сектор для толкания ядра (разметка сектора, сегмент, круг для метания, защитная сетка); 2. Тренировочный сектор для метания молота (круг для метания, защитная сетка); 3. Тренировочный сектор для метания копья (разметка сектора, защитная сетка); 4. Беговая дорожка 100 метров (6 беговых дорожек с разметкой, тренировочные барьеры); 5. Беговая дорожка 60 метров (8 беговых дорожек с разметкой, 8 стартовых колодок); 6. Беговая дорожка 200 метров (6 дорожек с разметкой по кругу) 7. Беговая дорожка 30 метров (2 беговые дорожки для специальных беговых и прыжковых упражнений с мягкий покрытием; 8. Сектор для прыжка с шестом POLANIK (2 стойки, маты для приземления, дорожка с разметкой) 9. 2 ямы для прыжка в длину с разбега и тройного прыжка с разбега (4 планки для отталкивания); 10. 2 ямы для прыжка в высоту POLANIK (4 стойки, маты для приземления, 1 планка для прыжка в высоту) 11. Шведская стенка (10 секций); 12. 2 гимнастических перекладины; 13. Подвесные перекладины (8 штук); 14. 1 гимнастический конь;	

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
		15. 1 гимнастический мостик; 16. 10 гимнастических скамеек; 17. Маты тренировочные 10 штук; 18. 2 препятствия POLANIK для стипль-чеза.	

Специальные помещения – учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Помещения для самостоятельной работы – аудитории для проведения планируемой учебной, учебно-исследовательской, научно-исследовательской работы студентов, выполняемой во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

12. Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным

			процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано:

Ответственная за ОПОП
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация
и спортивно-оздоровительный туризм»
к.п.н., доцент З.В.Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ГИМНАСТИКИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«29» мая 2026 г.
протокол № 10
Заведующая кафедрой Н.А.Дарданова

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«29» 05 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине
ВИДЫ РЕКРЕАЦИОННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ: ГИМНАСТИКА
основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная
Курс – 2
Семестр – 3-4
Итоговая форма контроля – зачет

Программу разработали:
Дарданова Н.А., к.п.н., доцент
Ярославцева Е.И., преподаватель

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА 3
1.1. Выписка из ФГОС 3++ 3
1.2. Краткая характеристика изучаемой дисциплины 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 18
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 19
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 19
5.2.1 Содержание лекционных занятий 19
5.2.2 Содержание практических занятий 20
6. Самостоятельная работа студентов 22
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 23
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 23
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы 39
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 39
7.2.2. Тестовые задания по дисциплине 39
7.2.3. Вопросы к зачету 40
8. Перечень основной и дополнительной литературы 44
8.1. Основная литература 44
8.2. Дополнительная литература 44
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 45
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 45
11.Материально-техническое обеспечение дисциплины 46
Лицензионное программное обеспечение дисциплины 47
ПРИЛОЖЕНИЕ 48

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
1.1. Выписка из ФГОС 3++

Федеральный государственный образовательный стандарт 3++ по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» утвержден Приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 943 (редакция с изменениями от 27 февраля 2023 г №208).

Область профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 – Образование и наука (в сфере дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования, в сфере научных исследований);

04 – Культура, искусство (в сфере туризма, в сфере санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 – Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания, в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

-Тренерские
- Педагогические
- Рекреационно-оздоровительные
- Организационно-методические
- Организационно-управленческие
- Научно-исследовательские

Профессиональные стандарты **(ПС)***:*

- 01.001 – Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) (ПОО);
- 05.003 – Тренер (Т);
- 05.005 Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта (ИМД);
- 05.012 – Тренер-преподаватель (ТП).

1.2. Краткая характеристика изучаемой дисциплины

Учебная дисциплина «Виды рекреационной физической культуры: гимнастика» реализуется в рамках обязательной части Блока 1 учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм».

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Виды рекреационной физической культуры: гимнастика» состоит из четырех разделов:

- Гимнастика и особенности ее преподавания;
- Основы гимнастической терминологии;
- Основные средства гимнастики;
- Формы и методика занятий гимнастикой.

Практическая реализация дисциплины предусматривает насыщение знаний студентов современными теоретическими положениями и концепциями, строящимися с учетом анализа передового практического опыта и материалов фундаментальных наук.

Учебная работа проводится в форме лекций, семинарских, методических,

практических занятий, учебной практики и самостоятельной внеаудиторной работы.

Основным этапом изучения дисциплины является профессионально-педагогическая подготовка, в которой студенты осваивают методику разработки учебно-методической документации и программирование деятельности тренера. А также способствует формированию учения управлять процессом учебно-тренировочной деятельности занимающихся, т.е. конкретизирует умения, обеспечивающие практическую деятельность будущего тренера.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК 7 - способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

ОПК-1 – способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста;

ОПК-2 – способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

ОПК-3 – способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью;

ПК-1 – способен реализовывать образовательный процесс в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования; по дополнительным общеобразовательным программ, программам профессионального обучения, среднего профессионального образования (СПО), дополнительным профессиональным программам (ДПП);

ПК-2 – способен осуществлять учебно-тренировочный процесс на различных этапах подготовки и проведение занятий по физическому воспитанию.

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знать: - правила допуска спортсменов к тренировочным мероприятиям по виду спорта; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта; - методики контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; - методы оценки и учета параметров уровня общей физической подготовленности спортсменов; - предельный объем тренировочной нагрузки по виду спорта - методика оздоровительной тренировки	ПС «Тренер» A/01.5 A/02.5 ПС «Тренер-преподаватель» A/03.6 ПС «ИМД» D/03.5 D/04.5	УК 7

- основы здорового образа жизни человека - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления человеческого организма в зависимости от возраста и образа жизни - возрастные особенности человека - основы биомеханики, анатомия человека - особенности организации самостоятельных занятий по физической подготовке для различных категорий населения - комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий - базовые принципы планирования дозирования нагрузки и определения регулярности нагрузки виды тренажерных устройств, их классификация и принципы работы - методы определения состояния переутомления или перетренированности - организация и методика работы спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях **Уметь:** **-** разъяснять спортсменам правила безопасного поведения на занятиях по общей и специальной физической подготовке; - определять соответствие возраста, пола спортсмена требованиям и нормам комплектования групп по общей и специальной физической подготовке по виду спорта; - использовать современные технологии для определения индивидуальных способностей спортсменов по антропометрическим, физиологическим, психологическим параметрам; - использовать спортивное оборудование, инвентарь для занятий по общей и специальной физической подготовке; - определять уровень физического развития спортсменов на основе системы тестов - оценивать интересы, физическое состояние и развитие, физическую подготовленность населения, выявлять наличие противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам давать разъяснения населению по выбору оптимальных форм тренировок, нагрузок и видов занятий - разъяснять анатомо-физиологическую		

направленность и характер воздействия физических упражнений и нагрузок на организм человека - давать разъяснения населению по корректировке техники выполнения двигательных действий - разъяснять общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений, дозирования нагрузки и определения регулярности нагрузки - оказывать методическое сопровождение организации спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях **Иметь опыт:** - формирование групп спортсменов по общей и специальной физической подготовке по виду спорта с учетом результатов тестов и нормативов по виду спорта и составление итогового списка групп; - разработка планов общей и специальной физической подготовки спортсменов, включая анализ существенных условий (содержание рабочего плана спортивной подготовки, половозрастные особенности, уровень подготовленности спортсменов, длительность занятия, методические указания); - выбор формы проведения тренировочного занятия по общей и специальной физической подготовке по виду спорта с учетом половозрастных особенностей спортсменов и планов занятий; - проведение систематического учета, анализа, обобщения результатов тренировочного процесса по общей и специальной физической подготовке спортсменов - подбор рекомендаций по выбору оптимальных нагрузок для населения с учетом физического состояния и развития, физической подготовленности населения, показаний и противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам разъяснение населению принципов, анатомических и физиологических факторов адаптации организма человека к физическим нагрузкам - разъяснение населению рисков потери физиологической адаптации (детренированности) после прекращения регулярной физической активности - разъяснение населению вопросов сочетания физических нагрузок и активного отдыха и		

определения минимального объема двигательной активности - проведение с населением консультаций, бесед, мероприятий, направленных на воспитание здорового образа жизни, неприятие вредных привычек и отказ от применения допинга - оказание методической помощи в организации деятельности спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях		
Знать: - принципы и составляющие здорового образа жизни и активного долголетия - правила проведения мероприятий по физическому воспитанию, физическому развитию населения закономерности возрастного развития различных систем организма человека - формы, виды и средства физической культуры и спорта для развития физической активности, поддержания активного долголетия населения - типовые методики организации мероприятий по физическому воспитанию и физическому развитию населения - комплексы упражнений по общей и специальной физической подготовке - правила проведения подвижных спортивных игр с населением различных возрастных групп - правила эксплуатации спортивного оборудования и инвентаря при проведении мероприятий по физическому воспитанию и физическому развитию населения - порядок и формы планирования физкультурной и спортивно-массовой работы физкультурно-спортивной организации - типовые и авторские методические комплексы физической подготовки, физического развития населения в секциях, группах физкультурной и спортивной направленности - методики проведения физкультурных, спортивно-массовых мероприятий - способы оформления и представления методических, презентационных, обучающих материалов - методы и формы планирования спортивной подготовки - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду (видам) спорта - формы и технологии методического обеспечения отборочного, тренировочного и воспитательного процессов спортивной подготовки в	ПС «ИМД» D/01.5 F/02.6 F/05.6 ПС «Тренер» A/02.5 B/02.6 ПС «Педагог» A/01.6 ПС «Тренер-преподаватель» A/01.6	ОПК-1

физкультурно-спортивной организации - требования к разработке программ спортивной подготовки по виду (видам) спорта - принципы разработки стратегии тренировочного и соревновательного процессов спортивной подготовки - типовые методические комплексы реализации программ спортивной подготовки - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта, а также методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта - закономерности формирования адаптации у занимающихся видом спорта при различных нагрузках - основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий - особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области физической культуры **Уметь:** - подбирать содержание выступления, встречи с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций с учетом их социально-демографических и профессиональных характеристик - информировать население о рисках, связанных с недостатком движения, физической активности - осуществлять целеполагание и контролировать ход выполнения плана или программы мероприятия по физическому воспитанию населения - выбирать оптимальные средства и методы вовлечения населения в мероприятия по физическому воспитанию, пропаганды физической активности среди населения - формировать у населения навыки здорового образа жизни, неприятие вредных привычек - использовать методики календарного планирования и ресурсного обеспечения физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы в физкультурно-спортивных организациях		

- подбирать средства, методы и формы физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы в соответствии с поставленными задачами деятельности физкультурно-спортивной организации - использовать соответствующие возрастному и психофизиологическому развитию населения методики воспитания - составлять программы, планы мероприятий по формированию патриотизма, национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, норм честной игры в спорте для населения - составлять программы, планы подготовки занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма - использовать методики планирования состава секций, групп физкультурной и спортивной направленности - планировать и проводить мероприятия по видам физкультурно-оздоровительной и спортивной активности с населением, проходящим физическую подготовку в секциях, группах физкультурной и спортивной направленности - разрабатывать методическую документацию по проведению набора в группы занятий по виду спорта, по индивидуальному отбору лиц для прохождения программ спортивной подготовки использовать методы и инструменты планирования спортивной подготовки - подбирать и систематизировать методические и информационные материалы для разработки программ спортивной подготовки - планировать содержание воспитательного, тренировочного процессов, психологической подготовки, медико-биологические, восстановительные и антидопинговые мероприятия по периодам и циклам спортивной подготовки на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта - использовать методики начальной подготовки по виду спорта и воспитательной работы с учетом возрастного психофизиологического развития спортсменов; - планировать мероприятия начальной подготовки и воспитательной работы в соответствии с календарным планом физкультурно-спортивной, воспитательной работы и (или) с учетом требований федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта;		

- подбирать физическую нагрузку, средства и методы физического воспитания на основе анатомо-физиологических и психологических, возрастных особенностей и уровня подготовленности спортсменов; - вести отчетную документацию по проведению измерений и оценки физической и функциональной подготовленности спортсменов; - использовать рациональную структуру, средства и методы годичных циклов спортивной подготовки для выполнения занимающимися нормативов, соответствующих этапу подготовки по виду спорта - планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной предпрофессиональной программы **Иметь опыт:** - составление расписания мероприятий на основе плана или программы мероприятий по физическому воспитанию населения - организация и проведение мероприятий по физическому воспитанию населения - контроль выполнения программы мероприятия по физическому воспитанию населения - определение задач и составление календарных планов, графиков физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы физкультурно-спортивной организации - составление плана ресурсного обеспечения физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы физкультурно-спортивной организации - планирование подготовки занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма - разработка методической документации по проведению набора в группы занятий по виду спорта, по индивидуальному отбору лиц для прохождения программ спортивной подготовки - формирование сводного плана комплектования групп занимающихся по видам спорта и этапам спортивной подготовки - разработка годового плана спортивной подготовки и плана ресурсного обеспечения спортивной подготовки - разработка календарного плана физкультурных, спортивных и воспитательных мероприятий		

планирование нагрузки тренеров на календарный год (спортивный сезон) - разработка методических и информационных материалов по реализации программ спортивной подготовки - определять соответствие возраста, пола спортсмена требованиям и нормам комплектования групп специальной физической подготовки по виду спорта; - разработка планов тренировочных занятий по специальной физической подготовке по виду спорта, планов подготовки спортсменов к спортивным соревнованиям; - постановка и контроль исполнения физиологической задачи тренировок, моделирование оптимальной тренировочной нагрузки, контроль оптимального соотношения (соразмерности) различных сторон подготовленности, занимающегося в процессе тренировки по виду спорта - планирование и проведение учебных занятий -планирования образовательного процесса в предметной области физической культуры, направленного на реализацию основной образовательной программы в организации, осуществляющей образовательную деятельность, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов		
Знает: - правила проведения мероприятий по физическому воспитанию, физическому развитию населения физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления - формы, виды и средства физической культуры и спорта для развития физической активности, поддержания активного долголетия населения - типовые методики организации мероприятий по физическому воспитанию и физическому развитию населения - комплексы упражнений по общей и специальной физической подготовке - гигиенические требования и нормы, предъявляемые к занятиям физической культурой и спортом - правила проведения подвижных спортивных игр с населением различных возрастных групп - средства детского, подросткового фитнеса и правила их использования для гармоничного физического развития детей и подростков	ПС «ИМД» D/01.5; D/02.5 ПС «Тренер» A/01.5 A/02.5 ПС «Педагог» A/01.6 ПС «Тренер-преподаватель» A/03.6	ОПК-2 ПК-1

- система классифицирующих показателей для оценки физической подготовленности детей и подростков к занятиям фитнесом - анатомические, физиологические и психологические особенности детей и подростков сенситивные периоды развития физических способностей - основы биомеханики двигательной деятельности основы педагогики физической культуры, включая теорию воспитания личности и общечеловеческие нормы нравственности - методики проведения занятий с тренажерными устройствами для детей, подростков - общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в детском и подростковом фитнесе - нормирование нагрузки и отдыха на разных этапах занятия по фитнесу с сочетаемостью разных типов нагрузки для детей и подростков - организация работы по физическому воспитанию и физическому развитию детей и подростков - методики проведения занятий по физической подготовке детей и подростков к выполнению нормативов испытаний (тестов) - состав и содержание испытаний (тестов) для детей и подростков - требования к детям и подросткам, проходящим тестирование по выполнению нормативов испытаний (тестов) - структура занятия по программам детского и подросткового фитнеса и элементы физической нагрузки - общие и частные факторы риска травмирования и ухудшения физического состояния при занятиях по программам детского и подросткового фитнеса и способы их предупреждения - комплексы упражнений для групповых занятий с детьми и подростками с элементами хореографии, аэробики подражательного характера, упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга - типовые программы детского, подросткового фитнеса - правила проведения подвижных и развивающих игр для детей и подростков - техники и методы страховки при проведении занятий с детьми и подростками - требования к содержанию и организации инструктажей при проведении занятия по программам детского и подросткового фитнеса - теорию и методику физической культуры		

- биомеханику двигательной деятельности по виду спорта - анатомию человека - сенситивные периоды в развитии основных физических качеств человека - методы оценки и учета параметров уровня общей и специальной физической подготовленности спортсменов - комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общей и специальной физической подготовки по виду спорта, правила и техники безопасного выполнения упражнений - методики физкультурно-оздоровительной работы со спортсменами - преподаваемый предмет в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов и основной общеобразовательной программы, его истории и места в мировой культуре и науке - рабочую программу и методику обучения по данному предмету - требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности - возрастные характеристики спортсменов и специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки - возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в предметной области физической культуры в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в соответствии федеральными государственными образовательными стандартами - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомо-морфологические, физиологические,		

психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности **Умеет:** - организовывать мероприятия по физическому воспитанию различных групп населения с учетом интересов, социально-демографических, профессиональных особенностей, уровня физической подготовленности - анализировать потребности различных групп населения в гармоничном физическом развитии и мотивировать их на развитие двигательной активности - выбирать оптимальные средства и методы вовлечения населения в мероприятия по физическому воспитанию, пропаганды физической активности среди населения - организовывать взаимодействие с лицами старшего возраста, разъяснять роль и значение физической активности в поддержании активного долголетия инструктировать лиц, участвующих в проведении мероприятия по физическому воспитанию населения использовать систему классифицирующих показателей для оценки физической подготовленности детей и подростков к занятиям фитнесом - учитывать психофизические особенности и мотивацию детей, подростков при выборе комплексов упражнений для занятия - выявлять первые признаки утомления детей, подростков, варьировать направленностью и объемом нагрузки, интенсивностью и координационной сложностью упражнений с учетом уровня подготовленности детей, подростков - использовать комплексы упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга для предотвращения нарушения осанки детей, подростков - подбирать оптимальные комплексы упражнений и объемы нагрузки для гармоничного физического		

развития детей и подростков - обучать детей, подростков техникам выполнения комплексов упражнений, правилам безопасного использования спортивного оборудования и инвентаря с привлечением методов словесного и сенсорно-коррекционного воздействия - обучать детей и подростков правилам этичного поведения и методам самостраховки - контролировать двигательную активность и безопасное выполнение упражнений, участие в игре детей, подростков с соблюдением ими норм этичного поведения при проведении занятия и в детской игровой зоне - использовать спортивное оборудование и инвентарь, звуковое и осветительное оборудование при проведении занятий по программам детского, подросткового фитнеса - подбирать и применять специальные комплексы упражнений для подготовки к выполнению нормативов испытаний (тестов) детьми и подростками - определять задачи общей и специальной физической подготовки исходя из целей и задач спортивной подготовки спортсменов - демонстрировать приемы и способы рациональной техники двигательных действий при выполнении комплексов упражнений по общей и специальной физической подготовке - подбирать физическую нагрузку, средства и методы общей и специальной физической подготовки на основе анатомо-физиологических и психологических, возрастных особенностей и уровня подготовленности спортсменов - определять уровень физического развития спортсменов на основе системы тестов - оценивать достижение плановых показателей занятий по общей и специальной физической подготовке и корректировать план занятия - объективно оценивать знания обучающихся на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями детей - реализовывать рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по образовательной программе общего образования - применять средства и методы в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами спортсменов		

- применять средства и методы в соответствии с задачами общего образования, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами обучающихся - оценивать результативность тренировочного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы в тренировочный процесс - оценивать результативность образовательного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы в образовательный процесс - контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов и обучающихся **Имеет опыт:** - организация работы с лицами старшего возраста по пропаганде активного долголетия, стимулированию физической активности - инструктирование лиц, участвующих в проведении мероприятий по физическому воспитанию населения организация и проведение мероприятий по физическому воспитанию населения - оказание первой помощи до оказания медицинской помощи - составление протокола о проведении мероприятия по физическому воспитанию населения - подбор видов и состава развивающих упражнений, подвижных игр, инвентаря и игрушек для проведения занятий с детьми по программам детского фитнеса - подбор оптимальных форм и видов занятий по программам подросткового фитнеса с учетом психофизических особенностей и мотивации подростков, выбор типов нагрузок с учетом уровня подготовленности подростков - подбор комплексов упражнений и музыкального сопровождения для занятий фитнесом с подростками с использованием элементов аэробики, упражнений с элементами единоборств, силовых программ для укрепления всех мышечных групп, развития баланса, стретчинга, упражнений с использованием предметов - инструктирование детей и подростков по технике безопасного использования спортивного оборудования, инвентаря и экипировки, информирование о правилах этичного поведения на занятиях - контроль физической готовности детей и		

подростков к выполнению занятия по программам детского и подросткового фитнеса - проверка исправности спортивного оборудования, инвентаря и экипировки до начала занятия - выполнение с детьми, подростками комплексов упражнений, подвижных и развивающих игр, предусмотренных структурой занятия по программе детского, подросткового фитнеса - контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием физических нагрузок на детей, подростков при проведении занятия, в детской игровой зоне - контроль за безопасным использованием спортивного оборудования и инвентаря, безопасным выполнением комплексов упражнений детьми, подростками и за соблюдением ими норм этичного поведения - выбор формы проведения тренировочного занятия по общей и специальной физической подготовке по виду спорта с учетом половозрастных особенностей спортсменов и планов занятий - проведения занятий по общей и специальной физической подготовке по виду спорта и контроль выполнения спортсменами упражнений, включенных в планы тренировочных занятий - осуществления профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования - формирования универсальных учебных действий - осуществления образовательного процесса в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов		
Знать: - направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, биомеханики двигательной деятельности, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомо-	ПС «Тренер» B/05.6 ПС «Тренер-преподаватель» A/02.6	ОПК-3 способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью;

морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; **Уметь**: - анализировать и интерпретировать данные комплексного исследования функционального состояния организма занимающегося, использовать их для определения направленности и объема тренировочных нагрузок по виду спорта - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения **Иметь опыт**: - построения индивидуализированного тренировочного процесса занимающихся в рамках структуры годичного цикла - выявления возможностей спортсменов различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к тренировочному процессу в организациях, осуществляющих спортивную подготовку		ПК-2 способен осуществлять учебно-тренировочный процесс на различных этапах подготовки и проведение занятий по физическому воспитанию

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Виды рекреационной физической культуры: гимнастика» относится к обязательной части (Б1.О.31.03). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля: зачет. Формирование знаний, умений и навыков в области гимнастики способствует освоению следующих дисциплин: лыжный спорт, легкая атлетика, спортивные игры, плавание, основы спортивно-оздоровительного туризма, безопасность жизнедеятельности.

Цель дисциплины «Виды рекреационной физической культуры: гимнастика» – формирование профессионально-педагогических знаний, умений и навыков по гимнастике, необходимых для самостоятельной работы в качестве учителя физической культуры, педагога дополнительного образования и преподавателя физического воспитания, а так же для педагогической работы в различных звеньях системы физического воспитания, в организационно-управленческой и научно-исследовательской деятельности бакалавра по физической культуре.

Задача учебной дисциплины «Виды рекреационной физической культуры: гимнастика» – сформировать у студентов осознанную и значимую мотивацию деятельности компетентного спортивного педагога, расширить диапазон компетенций необходимых для предстоящей профессионально-педагогической деятельности.

Данная дисциплина в системе подготовки выпускников является профилирующей, поскольку практический раздел дисциплины направлен на формирование педагогических умений и навыков, необходимых в будущей профессиональной деятельности студентов.

Лекционный курс дисциплины знакомит студентов с теоретико-методическими особенностями построения занятий по гимнастике. Практические занятия направлены на ознакомление студентов со средствами, методам и формам обучения гимнастики.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	семестры	
			3	4
Контактная работа преподавателей с обучающимися				
В том числе:				
Лекции		2	2	
Семинары, практические занятия		16	8	8
Лабораторные работы				
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)		4		4
Самостоятельная работа студента		86	62	24
Общая трудоемкость	**часы**	108	72	36
	зачетные единицы	3		

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ				
		Лекции	Семи-нары	Практ. занятия	Метод. занят	Самост. работа
Раздел 1. Гимнастика и особенности ее преподавания						
Обзорная лекция: теория и методика гимнастики	22	2				10
Комплекс ОРУ с музыкальным сопровождением	22			2		15
Методика обучения и проведения ОРУ, строевых упражнений	24			4		15
Техника выполнения акробатических и прикладных упражнений, упражнений в висе и упоре	28			6		30
Раздел 2. Формы и методика занятий гимнастикой						
Особенности занятий гимнастикой с разными возрастными и целевыми группами	44			4		16
Всего	**104**	**2**		**16**		**86**

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание лекционных занятий

Лекция №1 (2 часа)

Обзорная лекция: теория и методика гимнастики

План:

1. Место гимнастики в отечественной системе физического воспитания и ее значение для человека.
2. Основные средства и методические особенности гимнастики.
3. Классификация видов гимнастики.
4. Гимнастические залы и их оборудование.
5. Характеристика гимнастической терминологии.
6. Правила записи гимнастических упражнений.

Краткое содержание:

Гимнастика как спортивно-педагогическая и научная дисциплина в системе физического воспитания. Задачи, средства и методические особенности гимнастики, виды гимнастики. Материально-техническое оснащение гимнастических залов: их основные параметры, виды используемого инвентаря и оборудования. Гимнастическая терминология, ее значение. Правила образования терминов для движения и статических положений. Характеристика основных и дополнительных терминов и правила их применения. Особенности терминологии отдельных групп гимнастических упражнений. Правила и формы записи гимнастических упражнений. Характеристика ОРУ и вольных упражнений. Правила определения направления движения. Причины травматизма при занятиях гимнастикой, способы его предупреждения. Характеристика травм на занятиях по гимнастике и их профилактика. Страховка, помощь и самостраховка как меры предупреждения травматизма. Обучение приемам страховки и помощи. Значение самоконтроля и врачебного контроля **для** предупреждения травм на занятиях гимнастикой.

Литература:

1. Гимнастика [Электрон.ресурс]: учебное пособие / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. – Москва: КноРус, 2017. – 312 с. – Режим доступа: http://www. book.ru//book/927554.

2. Никулин, Ж.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта / ред. Ж.В. Никулина .— Москва : Издательство "Перо", 2019 .— 322 с. — ISBN 978-5-00150-319-4 .— URL: https://lib.rucont.ru/efd/714071

3. Ветрова, И.В. Гимнастика с методикой преподавания в адаптивной физической культуре: учебное пособие / И.В. Ветрова. – Красноярский ГПУ им.В.П. Астафьева. – Красноярск, 2014. – 494 с. – Режим доступа: https://elibrary.ru/download/elibrary_41291862_48778664.pdf

4. Дарданова, Н.А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика. Ч. 1 : учебное пособие / А. Д. Антоновский, С. К. Потапенко; Н.А. Дарданова .— Смоленск : СГАФКСТ, 2020 .— 152 с. : ил. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/736103

Изучение темы направлено на приобретение знаний о средствах гимнастики и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности, о значении и видах гимнастики как основного базового вида спорта, об использование гимнастической терминологии при проведении занятия по гимнастике, о санитарно-гигиенических требованиях к занятиям гимнастикой; умений оказания помощи, страховки и самостраховки при выполнении гимнастических упражнений на снарядах, о правилах обеспечения безопасности и профилактики травматизма, о факторах и причинах травматизма в процессе занятий гимнастикой и формирование ***универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций*** **(УК-7, ОПК-1, ОПК-2, ПК-1).**

5.2.2 Содержание практических занятий

Практические занятия №1 (2 часа)

Комплекс ОРУ с музыкальным сопровождением

Обучение ОРУ с музыкальным сопровождением (приложение 1). Выполнение комплекса ОРУ на оценку.

Изучение темы направлено на приобретение умений и навыков проведения общеразвивающих упражнений с занимающимися различных возрастов и подготовленности, и формирование ***общепрофессиональных и профессиональных компетенций*** **(ОПК-2, ОПК-3, ПК-1).**

Практические занятия №2-3 (4 часа)
Методика обучения и проведения ОРУ, строевых упражнений

Обучение разнообразным организационным формам и приемам проведения ОРУ. Группы приемов проведения ОРУ, строевых упражнений: направленные на целесообразное размещение группы для выполнения упражнений (владение вариантами построений, перемещений, перестроений и размыканий, определение интервала и дистанции, выбора места для показа и объяснений); обучающие правилам упражнений, создание представлений о нем (владение методическими приемами обучения ОРУ – объяснений, показ, совмещенное объяснение и показ); служащие непосредственному проведению упражнения (подача команд для начала и окончания упражнения, подсчет); исправления ошибок; активизация внимания при выполнении упражнений (владение приемами – выполнение упражнений при различном размещении занимающихся; выполнение одного упражнения обычное, другое – закрыв глаза; включение на последние счеты перестроений и др.). Способы регулирования нагрузки при выполнении ОРУ. Проведение строевых упражнений, демонстрируя необходимые для этого умения (7 различных вариантов, предоставляются преподавателем. Самостоятельное составление комплекса ОРУ без предметов, с предметами, в движении, в парах, и проведение данного комплекса с группой (приложение 2).

Изучение темы направлено на приобретение умений и навыков владения методикой обучения и проведения общеразвивающих и строевых упражнений с занимающимися различных возрастов и подготовленности, и формирование ***общепрофессиональных и профессиональных компетенций*** **(ОПК-2, ОПК-3, ПК-1).**

Практические занятия №4-6 (6 часов)
Техника выполнения акробатических и прикладных упражнений, упражнений в висе и поре

Обучение технике выполнения акробатических и прикладных упражнений для юношей (опорные прыжки, брусья, перекладина, акробатика) и девушек (брусья разной высоты, бревно, опорный прыжок, акробатика). Упражнения представлены в таблице.

Упражнения для юношей	
Опорные прыжки (конь высота 125 см.)	Прыжок согнув ноги
Брусья	Стойка на плечах Кувырок вперед Размахивание в упоре – соскок махом назад и вперед.
Перекладина	Подъем переворотом Подъем разгибом Размахивание – соскок махом назад и махом вперед.
Акробатика	Длинный кувырок и вперед прыжком и назад, стойка на лопатках и на голове, переворот боком (колесо)
Упражнения для девушек	
Опорные прыжки (конь высота 120	Прыжок согнув ноги

см.)	
Брусья разной высоты	Санжировка в висе на в/ж Подъем переворотом на н/ж Размахивание в упоре – соскок махом назад.
Бревно	Вскоки в упор, в упор присев, в упор лежа, с косого разбега в упор сидя на бедре
Акробатика	Длинный кувырок и вперед прыжком и назад, стойка на лопатках, переворот боком (колесо)
Прикладные упражнения для юношей и девушек	
Ходьба и бег (и их разновидности), упражнения в равновесии, простейшие упражнения в лазании и перелазании, упражнения в метании и ловле, поднимание и переноска груза, в переползании.	

Изучение темы направлено на приобретение умений и навыков владения техникой выполнения акробатических и прикладных упражнений, упражнений в висе и упоре, и формирование ***универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций*** **(УК-7; ОПК-3, ОПК-7, ПК-11).**

Практические занятия №7-8 (4 часа)
Особенности занятий гимнастикой с разными возрастными и целевыми группами

Учебная практика: самостоятельное проведение части занятия различными видами гимнастики по заранее подготовленному конспекту. Варианты заданий:

- занятие оздоровительной гимнастикой для дошкольников;
- занятие ритмической гимнастикой для учащихся младших классов;
- занятие гигиенической гимнастикой для учащихся средних классов;
- занятие атлетической гимнастикой для учащихся старших классов;
- занятие лечебной гимнастикой для студентов сузов и вузов;
- занятие гимнастикой с учащимися подготовительной и специальной медицинских групп (возрастная категория на выбор);
- занятие населением разного возраста с оздоровительной и рекреационной целью.

Изучение темы направлено на приобретение умений и навыков владения методикой обучения и проведения занятий гимнастикой с разными возрастными и целевыми группами занимающихся и формирование ***универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций*** **(УК-7, ОПК-2, ПК-2)**.

6. Самостоятельная работа студентов

При изучении дисциплины студент самостоятельно готовиться по следующим темам и выполняет творческие задания:

Содержание самостоятельной работы	Кол-во час.	Виды и формы контроля
Обзорная лекция: теория и методика гимнастики	10	Устный опрос, итоговое тестирование
Комплекс ОРУ с музыкальным сопровождением	15	Учебная практика, комплекс ОРУ
Методика обучения и проведения ОРУ, строевых упражнений	15	Учебная практика, контрольная работа
Техника выполнения упражнений гимнастического многоборья и прикладных упражнений	30	Учебная практика, контрольная работа, итоговое тестирование
Особенности занятий гимнастикой с разными	16	Устный опрос, учебная

возрастными и целевыми группами		практика, контрольная работа, итоговое тестирование
Всего	**86**	

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ПС «Тренер» A/01.5 Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по общей физической подготовке по виду спорта A/02.5 Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по специальной физической подготовке по виду спорта ПС «Тренер-преподаватель» A/03.6 Проведение занятий физической культурой и спортом ПС «ИМД» D/03.5 Подготовка и проведение мероприятий по выполнению населением нормативов испытаний (тестов) D/04.5 Консультирование населения по вопросам занятий и физических нагрузок	**Знает (пороговый уровень):** - правила допуска спортсменов к тренировочным мероприятиям по виду спорта; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта; - методики контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; - методы оценки и учета параметров уровня общей физической подготовленности спортсменов; - предельный объем тренировочной нагрузки по виду спорта - методика оздоровительной тренировки - основы здорового образа жизни человека - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления человеческого организма в зависимости от возраста и образа жизни - возрастные особенности человека - основы биомеханики, анатомия человека - особенности организации самостоятельных занятий по физической подготовке для различных категорий населения - комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий - базовые принципы планирования дозирования нагрузки и определения регулярности нагрузки виды тренажерных устройств, их классификация и принципы работы - методы определения состояния переутомления или перетренированности - организация и методика работы спортивных секций, кружков по месту

		работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях **Умеет (стандартный уровень):** **-** разъяснять спортсменам правила безопасного поведения на занятиях по общей и специальной физической подготовке; - определять соответствие возраста, пола спортсмена требованиям и нормам комплектования групп по общей и специальной физической подготовке по виду спорта; - использовать современные технологии для определения индивидуальных способностей спортсменов по антропометрическим, физиологическим, психологическим параметрам; - использовать спортивное оборудование, инвентарь для занятий по общей и специальной физической подготовке; - определять уровень физического развития спортсменов на основе системы тестов - оценивать интересы, физическое состояние и развитие, физическую подготовленность населения, выявлять наличие противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам давать разъяснения населению по выбору оптимальных форм тренировок, нагрузок и видов занятий - разъяснять анатомо-физиологическую направленность и характер воздействия физических упражнений и нагрузок на организм человека - давать разъяснения населению по корректировке техники выполнения двигательных действий - разъяснять общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений, дозирования нагрузки и определения регулярности нагрузки - оказывать методическое сопровождение организации спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях **Имеет опыт (эталонный уровень):** - формирование групп спортсменов по общей и специальной физической

		подготовке по виду спорта с учетом результатов тестов и нормативов по виду спорта и составление итогового списка групп; - разработка планов общей и специальной физической подготовки спортсменов, включая анализ существенных условий (содержание рабочего плана спортивной подготовки, половозрастные особенности, уровень подготовленности спортсменов, длительность занятия, методические указания); - выбор формы проведения тренировочного занятия по общей и специальной физической подготовке по виду спорта с учетом половозрастных особенностей спортсменов и планов занятий; - проведение систематического учета, анализа, обобщения результатов тренировочного процесса по общей и специальной физической подготовке спортсменов - подбор рекомендаций по выбору оптимальных нагрузок для населения с учетом физического состояния и развития, физической подготовленности населения, показаний и противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам разъяснение населению принципов, анатомических и физиологических факторов адаптации организма человека к физическим нагрузкам - разъяснение населению рисков потери физиологической адаптации (детренированности) после прекращения регулярной физической активности - разъяснение населению вопросов сочетания физических нагрузок и активного отдыха и определения минимального объема двигательной активности - проведение с населением консультаций, бесед, мероприятий, направленных на воспитание здорового образа жизни, неприятие вредных привычек и отказ от применения допинга - оказание методической помощи в организации деятельности спортивных секций, кружков по месту работы, месту

		жительства и месту отдыха, в образовательных организациях
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ПС «ИМД» D/01.5 Планирование и реализация мероприятий по физическому воспитанию населения F/02.6 Планирование и методическое сопровождение физической подготовки и физического развития населения F/05.6 Планирование и методическое сопровождение спортивной подготовки занимающихся ПС «Тренер» A/02.5 Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по специальной физической подготовке по виду спорта B/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся по виду спорта ПС «Педагог» A/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение ПС «Тренер-преподаватель» A/01.6 Планирование содержания занятий физической культурой и спортом	**Знает (пороговый уровень):** - принципы и составляющие здорового образа жизни и активного долголетия - правила проведения мероприятий по физическому воспитанию, физическому развитию населения закономерности возрастного развития различных систем организма человека - формы, виды и средства физической культуры и спорта для развития физической активности, поддержания активного долголетия населения - типовые методики организации мероприятий по физическому воспитанию и физическому развитию населения - комплексы упражнений по общей и специальной физической подготовке - правила проведения подвижных спортивных игр с населением различных возрастных групп - правила эксплуатации спортивного оборудования и инвентаря при проведении мероприятий по физическому воспитанию и физическому развитию населения - порядок и формы планирования физкультурной и спортивно-массовой работы физкультурно-спортивной организации - типовые и авторские методические комплексы физической подготовки, физического развития населения в секциях, группах физкультурной и спортивной направленности - методики проведения физкультурных, спортивно-массовых мероприятий - способы оформления и представления методических, презентационных, обучающих материалов - методы и формы планирования спортивной подготовки - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду (видам) спорта - формы и технологии методического обеспечения отборочного, тренировочного и воспитательного процессов спортивной подготовки в физкультурно-спортивной организации - требования к разработке программ спортивной подготовки по виду (видам)

		спорта - принципы разработки стратегии тренировочного и соревновательного процессов спортивной подготовки - типовые методические комплексы реализации программ спортивной подготовки - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта, а также методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта - закономерности формирования адаптации у занимающихся видом спорта при различных нагрузках - основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий - особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области физической культуры **Умеет (стандартный уровень):** - подбирать содержание выступления, встречи с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций с учетом их социально-демографических и профессиональных характеристик - информировать население о рисках, связанных с недостатком движения, физической активности - осуществлять целеполагание и контролировать ход выполнения плана или программы мероприятия по физическому воспитанию населения - выбирать оптимальные средства и методы вовлечения населения в мероприятия по физическому воспитанию, пропаганды физической активности среди населения - формировать у населения навыки здорового образа жизни, неприятие вредных привычек - использовать методики календарного

		планирования и ресурсного обеспечения физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы в физкультурно-спортивных организациях - подбирать средства, методы и формы физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы в соответствии с поставленными задачами деятельности физкультурно-спортивной организации - использовать соответствующие возрастному и психофизиологическому развитию населения методики воспитания - составлять программы, планы мероприятий по формированию патриотизма, национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, норм честной игры в спорте для населения - составлять программы, планы подготовки занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма - использовать методики планирования состава секций, групп физкультурной и спортивной направленности - планировать и проводить мероприятия по видам физкультурно-оздоровительной и спортивной активности с населением, проходящим физическую подготовку в секциях, группах физкультурной и спортивной направленности - разрабатывать методическую документацию по проведению набора в группы занятий по виду спорта, по индивидуальному отбору лиц для прохождения программ спортивной подготовки использовать методы и инструменты планирования спортивной подготовки - подбирать и систематизировать методические и информационные материалы для разработки программ спортивной подготовки - планировать содержание воспитательного, тренировочного процессов, психологической подготовки, медико-биологические, восстановительные и антидопинговые мероприятия по периодам и циклам спортивной подготовки на основе требований федерального стандарта

		спортивной подготовки по виду спорта - использовать методики начальной подготовки по виду спорта и воспитательной работы с учетом возрастного психофизиологического развития спортсменов; - планировать мероприятия начальной подготовки и воспитательной работы в соответствии с календарным планом физкультурно-спортивной, воспитательной работы и (или) с учетом требований федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта; - подбирать физическую нагрузку, средства и методы физического воспитания на основе анатомо-физиологических и психологических, возрастных особенностей и уровня подготовленности спортсменов; - вести отчетную документацию по проведению измерений и оценки физической и функциональной подготовленности спортсменов; - использовать рациональную структуру, средства и методы годичных циклов спортивной подготовки для выполнения занимающимися нормативов, соответствующих этапу подготовки по виду спорта - планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной предпрофессиональной программы **Имеет опыт (эталонный уровень):** - составление расписания мероприятий на основе плана или программы мероприятий по физическому воспитанию населения - организация и проведение мероприятий по физическому воспитанию населения - контроль выполнения программы мероприятия по физическому воспитанию населения - определение задач и составление календарных планов, графиков физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы физкультурно-спортивной организации - составление плана ресурсного

		обеспечения физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы физкультурно-спортивной организации - планирование подготовки занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма - разработка методической документации по проведению набора в группы занятий по виду спорта, по индивидуальному отбору лиц для прохождения программ спортивной подготовки - формирование сводного плана комплектования групп занимающихся по видам спорта и этапам спортивной подготовки - разработка годового плана спортивной подготовки и плана ресурсного обеспечения спортивной подготовки - разработка календарного плана физкультурных, спортивных и воспитательных мероприятий планирование нагрузки тренеров на календарный год (спортивный сезон) - разработка методических и информационных материалов по реализации программ спортивной подготовки - определять соответствие возраста, пола спортсмена требованиям и нормам комплектования групп специальной физической подготовки по виду спорта; - разработка планов тренировочных занятий по специальной физической подготовке по виду спорта, планов подготовки спортсменов к спортивным соревнованиям; - постановка и контроль исполнения физиологической задачи тренировок, моделирование оптимальной тренировочной нагрузки, контроль оптимального соотношения (соразмерности) различных сторон подготовленности, занимающегося в процессе тренировки по виду спорта - планирование и проведение учебных занятий -планирования образовательного процесса в предметной области физической культуры, направленного на реализацию основной образовательной программы в организации, осуществляющей

		образовательную деятельность, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов
ОПК-2 Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке ПК-1 Способен реализовывать образовательный процесс в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования; по дополнительным общеобразовательным программ, программам профессионального обучения, среднего профессионального образования (СПО), дополнительным профессиональным программам (ДПП);	ПС «ИМД» D/01.5 Планирование и реализация мероприятий по физическому воспитанию населения D/02.5 Подготовка и выполнение с детьми и подростками групповых занятий по программам детского и подросткового фитнеса ПС «Тренер» A/01.5 Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по общей физической подготовке по виду спорта A/02.5 Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по специальной физической подготовке по виду спорта ПС «Педагог» A/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение ПС «Тренер-преподаватель» A/03.6 Проведение занятий физической культурой и спортом	**Знает (пороговый уровень):** - правила проведения мероприятий по физическому воспитанию, физическому развитию населения физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления - формы, виды и средства физической культуры и спорта для развития физической активности, поддержания активного долголетия населения - типовые методики организации мероприятий по физическому воспитанию и физическому развитию населения - комплексы упражнений по общей и специальной физической подготовке - гигиенические требования и нормы, предъявляемые к занятиям физической культурой и спортом - правила проведения подвижных спортивных игр с населением различных возрастных групп - средства детского, подросткового фитнеса и правила их использования для гармоничного физического развития детей и подростков - система классифицирующих показателей для оценки физической подготовленности детей и подростков к занятиям фитнесом - анатомические, физиологические и психологические особенности детей и подростков сенситивные периоды развития физических способностей - основы биомеханики двигательной деятельности основы педагогики физической культуры, включая теорию воспитания личности и общечеловеческие нормы нравственности - методики проведения занятий с тренажерными устройствами для детей, подростков - общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в детском и подростковом фитнесе - нормирование нагрузки и отдыха на разных этапах занятия по фитнесу с

		сочетаемостью разных типов нагрузки для детей и подростков - организация работы по физическому воспитанию и физическому развитию детей и подростков - методики проведения занятий по физической подготовке детей и подростков к выполнению нормативов испытаний (тестов) - состав и содержание испытаний (тестов) для детей и подростков - требования к детям и подросткам, проходящим тестирование по выполнению нормативов испытаний (тестов) - структура занятия по программам детского и подросткового фитнеса и элементы физической нагрузки - общие и частные факторы риска травмирования и ухудшения физического состояния при занятиях по программам детского и подросткового фитнеса и способы их предупреждения - комплексы упражнений для групповых занятий с детьми и подростками с элементами хореографии, аэробики подражательного характера, упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга - типовые программы детского, подросткового фитнеса - правила проведения подвижных и развивающих игр для детей и подростков - техники и методы страховки при проведении занятий с детьми и подростками - требования к содержанию и организации инструктажей при проведении занятия по программам детского и подросткового фитнеса - теорию и методику физической культуры - биомеханику двигательной деятельности по виду спорта - анатомию человека - сенситивные периоды в развитии основных физических качеств человека - методы оценки и учета параметров уровня общей и специальной физической подготовленности спортсменов - комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общей

		и специальной физической подготовки по виду спорта, правила и техники безопасного выполнения упражнений - методики физкультурно-оздоровительной работы со спортсменами - преподаваемый предмет в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов и основной общеобразовательной программы, его истории и места в мировой культуре и науке - рабочую программу и методику обучения по данному предмету - требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности - возрастные характеристики спортсменов и специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки - возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в предметной области физической культуры в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в соответствии федеральными государственными образовательными стандартами - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям

		видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности **Умеет (стандартный уровень):** - организовывать мероприятия по физическому воспитанию различных групп населения с учетом интересов, социально-демографических, профессиональных особенностей, уровня физической подготовленности - анализировать потребности различных групп населения в гармоничном физическом развитии и мотивировать их на развитие двигательной активности - выбирать оптимальные средства и методы вовлечения населения в мероприятия по физическому воспитанию, пропаганды физической активности среди населения - организовывать взаимодействие с лицами старшего возраста, разъяснять роль и значение физической активности в поддержании активного долголетия инструктировать лиц, участвующих в проведении мероприятия по физическому воспитанию населения использовать систему классифицирующих показателей для оценки физической подготовленности детей и подростков к занятиям фитнесом - учитывать психофизические особенности и мотивацию детей, подростков при выборе комплексов упражнений для занятия - выявлять первые признаки утомления детей, подростков, варьировать направленностью и объемом нагрузки, интенсивностью и координационной сложностью упражнений с учетом уровня подготовленности детей, подростков - использовать комплексы упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга для предотвращения нарушения осанки детей, подростков

		- подбирать оптимальные комплексы упражнений и объемы нагрузки для гармоничного физического развития детей и подростков - обучать детей, подростков техникам выполнения комплексов упражнений, правилам безопасного использования спортивного оборудования и инвентаря с привлечением методов словесного и сенсорно-коррекционного воздействия - обучать детей и подростков правилам этичного поведения и методам самостраховки - контролировать двигательную активность и безопасное выполнение упражнений, участие в игре детей, подростков с соблюдением ими норм этичного поведения при проведении занятия и в детской игровой зоне - использовать спортивное оборудование и инвентарь, звуковое и осветительное оборудование при проведении занятий по программам детского, подросткового фитнеса - подбирать и применять специальные комплексы упражнений для подготовки к выполнению нормативов испытаний (тестов) детьми и подростками - определять задачи общей и специальной физической подготовки исходя из целей и задач спортивной подготовки спортсменов - демонстрировать приемы и способы рациональной техники двигательных действий при выполнении комплексов упражнений по общей и специальной физической подготовке - подбирать физическую нагрузку, средства и методы общей и специальной физической подготовки на основе анатомо-физиологических и психологических, возрастных особенностей и уровня подготовленности спортсменов - определять уровень физического развития спортсменов на основе системы тестов - оценивать достижение плановых показателей занятий по общей и специальной физической подготовке и корректировать план занятия - объективно оценивать знания

		обучающихся на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями детей - реализовывать рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по образовательной программе общего образования - применять средства и методы в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами спортсменов - применять средства и методы в соответствии с задачами общего образования, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами обучающихся - оценивать результативность тренировочного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы в тренировочный процесс - оценивать результативность образовательного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы в образовательный процесс - контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов и обучающихся **Имеет опыт (эталонный уровень):** - организация работы с лицами старшего возраста по пропаганде активного долголетия, стимулированию физической активности - инструктирование лиц, участвующих в проведении мероприятий по физическому воспитанию населения организация и проведение мероприятий по физическому воспитанию населения - оказание первой помощи до оказания медицинской помощи - составление протокола о проведении мероприятия по физическому воспитанию населения - подбор видов и состава развивающих упражнений, подвижных игр, инвентаря и игрушек для проведения занятий с детьми

		по программам детского фитнеса - подбор оптимальных форм и видов занятий по программам подросткового фитнеса с учетом психофизических особенностей и мотивации подростков, выбор типов нагрузок с учетом уровня подготовленности подростков - подбор комплексов упражнений и музыкального сопровождения для занятий фитнесом с подростками с использованием элементов аэробики, упражнений с элементами единоборств, силовых программ для укрепления всех мышечных групп, развития баланса, стретчинга, упражнений с использованием предметов - инструктирование детей и подростков по технике безопасного использования спортивного оборудования, инвентаря и экипировки, информирование о правилах этичного поведения на занятиях - контроль физической готовности детей и подростков к выполнению занятия по программам детского и подросткового фитнеса - проверка исправности спортивного оборудования, инвентаря и экипировки до начала занятия - выполнение с детьми, подростками комплексов упражнений, подвижных и развивающих игр, предусмотренных структурой занятия по программе детского, подросткового фитнеса - контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием физических нагрузок на детей, подростков при проведении занятия, в детской игровой зоне - контроль за безопасным использованием спортивного оборудования и инвентаря, безопасным выполнением комплексов упражнений детьми, подростками и за соблюдением ими норм этичного поведения - выбор формы проведения тренировочного занятия по общей и специальной физической подготовке по виду спорта с учетом половозрастных особенностей спортсменов и планов занятий - проведения занятий по общей и

		специальной физической подготовке по виду спорта и контроль выполнения спортсменами упражнений, включенных в планы тренировочных занятий - осуществления профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования - формирования универсальных учебных действий - осуществления образовательного процесса в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов
ОПК-3 Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью ПК-2 Способен осуществлять учебно-тренировочный процесс на различных этапах подготовки и проведение занятий по физическому воспитанию.	ПС «Тренер» B/05.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин) ПС «Тренер-преподаватель» A/02.6 Проведение мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией	**Знает (пороговый уровень):** - направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, биомеханики двигательной деятельности, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; **Умеет (стандартный уровень)**: - анализировать и интерпретировать данные комплексного исследования функционального состояния организма занимающегося, использовать их для определения направленности и объема тренировочных нагрузок по виду спорта - контролировать физическое,

		функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения **Имеет опыт (эталонный уровень)**: - построения индивидуализированного тренировочного процесса занимающихся в рамках структуры годичного цикла - выявления возможностей спортсменов различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к тренировочному процессу в организациях, осуществляющих спортивную подготовку

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль:

- проверка выполнения письменных домашних заданий;
- проведение контрольных работ;
- тестовый контроль знаний студентов;
- контроль самостоятельной работы студентов (в письменной или устной форме).

Промежуточный контроль:

- выполнение нормативов по ОФП и СФП;
- выполнение комплекса ОРУ под музыкальное сопровождение;
- проведение фрагмента урока;

Итоговый контроль:

- зачет (4 семестр).

7.2.2. Тестовые задания по дисциплине

Примерные тесты для самоконтроля знаний студентов по дисциплине

Инструкция по выполнению работы

Тесты включают 30 вопросов. Внимательно прочитайте каждый вопрос и предлагаемые варианты ответа. Отвечайте только после того, как Вы поняли вопрос и проанализировали все варианты ответов. Выполняйте задания в том порядке, в котором они даны. Если какой-то вопрос вызывает у Вас затруднение, пропустите его и постарайтесь выполнить те, в ответах на которые Вы уверены. К пропущенным заданиям Вы сможете вернуться, если у Вас останется время.

К каждому вопросу предложено 4 варианта ответов. Выберите 1 ответ, который является, по вашему мнению, правильным. В бланке ответов поставьте условный знак в клетке напротив букв, соответствующей правильному ответу.

1. **Как определяются условные точки зала?**
   a) По расположению окон;
   b) По длине зала;
   c) Стоя спиной ко входу в зал;
   d) По расположению центра зала.
2. **Какие команды подаются для перестроения из одной шеренги в три?**
   a) По три рассчитайсь! В три шеренги – стройся!
   b) На первый, второй, третий рассчитайсь! В три колонны – стройся!
   c) По три рассчитайсь! В три шеренги – становись!
   d) На первый, второй, третий рассчитайсь! В шеренгу по три – стройся!

3. Вам нужно перевести занимающихся с бега на шаг, какую команду необходимо подать?

a) Шагом – марш!
b) Перейти на шаг!
c) Ша-гом!
d) Без задания марш!

4. Как называется это положение?

a) Упор сидя сзади ноги врозь
b) Упор сидя сзади ноги в стороны
c) Упор сзади ноги врозь
d) Сед ноги врозь

5. Из каких частей состоит любая команда?

a) Подготовительной и заключительной
b) Предварительной и основной
c) Предварительной, паузы и исполнительной
d) Подготовительной, паузы и исполнительной

Система оценки: более 90% (27-30 правильных ответов) – отлично; 89% – 70% (21 – 26 правильных ответов) – хорошо; 69% – 50% (20 – 15 правильных ответов) – удовлетворительно; менее 50% (14 и менее правильных ответов) – неудовлетворительно.

7.2.3. Вопросы к зачету

Примерный перечень вопросов для промежуточной аттестации по дисциплине «Теория и методика обучение базовым видам спорта: гимнастика» в форме «ЗНАЕТ»:

1. Значение и место гимнастики в общей системе физического воспитания. Задачи гимнастики.
2. Основные средства гимнастики и их краткая характеристика.
3. Методические особенности гимнастики.
4. Спортивные виды гимнастики и их краткая характеристика.
5. Оздоровительные виды гимнастики и их краткая характеристика (лечебная, гигиеническая, производственная и ритмическая).
6. Образовательно-развивающие виды гимнастики и их краткая характеристика (основанная, атлетическая, женская, профессионально-прикладная, военно-прикладная, спортивно-прикладная).
7. Гигиенические требования и правила эксплуатации гимнастических залов.
8. Оборудование гимнастических залов и их характеристика, перечень гимнастических снарядов и их параметры.
9. Правила эксплуатации спортивных залов и оборудования.
10. Характеристика травм и причины травматизма в гимнастике.
11. Профилактика травматизма в гимнастике.
12. Роль страховки и помощи в предупреждении травм. Требования, предъявляемые к страхующему.
13. Определение понятия термин, терминология. Требования, применяемые к терминологии и правила применения терминов в гимнастике.
14. Классификация терминов в гимнастике (общие, основные и дополнительные). Правила сокращений. Способы образования терминов.
15. Характеристика основных терминов в гимнастике (стойки, сед, присед, выпад, упор, наклон, равновесие, положение рук).
16. Характеристика движений руками и ногами. Исходные положения ног и рук.
17. Значение строевых упражнений и их классификация.

18. Основные понятия строевых упражнений: строй, шеренга, колонна, дистанция, интервал, фланг, фронт.
19. Характеристика и классификация ОРУ.
20. Правила записи ОРУ (отдельного упражнения, нескольких движений, с предметами, на гимнастической скамейке, стенке и с использованием гимнастических снарядов, в парах).
21. Формы записи ОРУ. Требования к графической записи.
22. Правила составления ОРУ и методические указания к их использованию.
23. Способы обучения и проведения общеразвивающих упражнений. Регулирование физической нагрузки при занятиях общеразвивающими упражнениями.
24. Характеристика прикладных упражнений (разновидности ходьбы, бега, равновесие, лазание и перелазание, метание и ловля мячей, поднимание и переноска груза, переползание), как средства гимнастики.
25. Основы кинематики гимнастических упражнений (удержание статических поз; изменение позы (в условиях, близких к статике); вращение вокруг опоры; безопорное вращение; форсированное изменение направления вращения; изменение положения на опоре и перемещения относительно нее).
26. Классификация статических и силовых упражнений и их краткая характеристика.
27. Структура маховых упражнений и их классификация.
28. Характеристика акробатических упражнений, их классификация.
29. Задачи, средства и методика проведения частей (подготовительная, основная, заключительная) урока гимнастики.
30. Подготовка педагога к проведению урока и разработка документов планирования по гимнастике.
31. Особенности занятий гимнастикой с дошкольниками.
32. Особенности занятий гимнастикой с учащимися средней школы, учреждений общего и профессионального образования.
33. Особенности занятий гимнастикой с населением разного возраста с оздоровительной и рекреационной целью.

Примерный перечень практических заданий для промежуточной аттестации по дисциплине «Теория и методика обучение базовым видам спорта: гимнастика» в форме «УМЕЕТ»:

1. Дайте характеристику поворотов на месте, полуповоротов, поворотов в движении и укажите, в каких случаях применяются вышеуказанные строевые упражнения в процессе занятий.
2. Дайте характеристику расчетов: по порядку, на 1-й и 2-й, по три, расчеты по заданию. Укажите рациональность использования вышеуказанных расчетов на занятиях гимнастикой.
3. Дайте характеристику строевых приемов по командам: «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», «Разойдись!», «Отставить!». Укажите вариации использования вышеуказанных команд в процессе занятий гимнастикой.
4. Дайте характеристику следующим построениям: в одну шеренгу и в колонну по одному. Укажите основные отличительные черты процесса обучения построениям в одну шеренгу и в колонну по одному.
5. Дайте характеристику следующим перестроениям: из одной шеренги в две, три, на месте. Укажите основные ошибки при подаче команд.
6. Дайте характеристику следующим перестроениям из шеренги уступом по расчету на 9,6,3, на месте. Укажите основные ошибки при подаче команд.
7. Дайте характеристику следующим передвижениям (подача команд): движения в обход; перехода с шага на бег и с бега на шаг. Укажите основные ошибки при подаче команд.

8. Дайте характеристику следующим передвижениям: остановки группы; движения противоходом, по диагонали. Укажите основные ошибки при подаче команд.
9. Подайте команды и укажите действия занимающихся для перестроения из колонны по одному в колонну по три (4,5 и т.д.) поворотом в движении без размыкания и с размыканием по ходу движения.
10. Подайте команды и укажите действия занимающихся для размыканий и смыканий, применяемых на занятиях по гимнастике, ходьбе и беге для изменения длины и частоты шага.
11. Сформулируйте образовательные и воспитательные задачи для начального этапа обучения кувырку вперед.
12. Сформулируйте оздоровительные задачи при обучении стойкам на лопатках, на голове и руках.
13. Назовите основные ошибки при выполнении кувырка назад и укажите действия педагога при их исправлении.
14. Предложите свой вариант организации обязательных мероприятий по предупреждению травм и несчастных случаев при обучении акробатическим упражнениям.
15. Предложите свой вариант организации обязательных мероприятий по предупреждению травм и несчастных случаев при обучении комбинации на бревне (для девушек) и кольцах (для юношей).
16. Предложите свой вариант организации деятельности занимающегося с явными признаками утомления в процессе занятий гимнастикой.
17. Дайте характеристику критериям оценки усвоения занимающимся техники выполнения упражнения «мост» из различных исходных положений.
18. Какое стандартное и дополнительное оборудование гимнастики Вы будете использовать при организации физкультурно-оздоровительного мероприятия в школе среди учащихся младших классов? Дайте ему краткую характеристику и обоснование для его применения.
19. Раскройте значение музыкального сопровождения применяемого на практике при проведении ОРУ, строевых упражнений для детей разного возраста.
20. Составьте инструкцию по технике безопасности и профилактики травматизма в период проведения урока по гимнастики с детьми.

Примерный перечень комплексных практических заданий для промежуточной аттестации по дисциплине «Теория и методика обучение базовым видам спорта: гимнастика» в форме «ИМЕЕТ ОПЫТ»:

1. Разработайте свой вариант обучения прыжку ноги врозь через коня в длину (для юношей) и прыжку согнув ноги через коня (для девушек).
2. Разработайте свой вариант комбинации вольных упражнений, на основе ранее изученных акробатических упражнений.
3. Разработайте проект контрольных упражнений (тесты) для определения гибкости и силовых способностей на занятиях гимнастикой с учащимися младших классов.
4. Разработайте проект контрольных упражнений (тесты) для определения координационных и скоростно-силовых способностей на занятиях гимнастикой с учащимися старших классов.
5. Разработайте комплекс из 5-6 гимнастических упражнений, направленный на развитие гибкости девушек 16-18 лет.
6. Разработайте комплекс из 5-6 гимнастических упражнений, направленный на развитие силы юношей 16-18 лет.
7. Разработайте комплекс ОРУ в соответствии со следующими задачами урока:

   - обучить технике выполнения подъема переворотом на брусьях разной высоты.

- воспитывать силовые способности мышц рук и живота.
- способствовать формированию правильной осанки.

8. Разработать комплекс ОРУ, применимый в подготовительной части занятия по легкой атлетике с учащимися старшего школьного возраста.
9. Разработайте свой вариант применения упражнений для изучения техники стойки на голове и руках. Типичные ошибки, возникающие при выполнении и методические указания для их предупреждения и устранения.
10. Разработайте свой вариант применения упражнений для изучения техники стойка на лопатках. Типичные ошибки, возникающие при выполнении и методические указания для их предупреждения и устранения.
11. Разработайте свой вариант применения упражнений для изучения техники кувырка вперед в группировке. Типичные ошибки, возникающие при выполнении и методические указания для их предупреждения и устранения.
12. Разработайте свой вариант применения упражнений для изучения техники кувырка назад в группировке. Типичные ошибки, возникающие при выполнении и методические указания для их предупреждения и устранения.
13. Разработайте свой вариант применения упражнений для изучения техники переворота боком «колесо». Типичные ошибки, возникающие при выполнении и методические указания для их предупреждения и устранения.
14. Разработайте свой вариант применения упражнений для изучения техники прыжку ноги врозь через гимнастического коня (козла). Типичные ошибки, возникающие при выполнении и методические указания для их предупреждения и устранения.
15. Разработайте свой вариант применения упражнений для изучения техники прыжку согнув ноги через коня (козла) в ширину. Типичные ошибки, возникающие при выполнении и методические указания для их предупреждения и устранения.
16. Разработайте свой вариант применения упражнений для изучения техники для мужчин - брусья махом вперед соскок влево с поворотом направо кругом; для женщин - бревно: перемещения, повороты и их разновидности. Типичные ошибки, возникающие при выполнении и методические указания для их предупреждения и устранения.
17. Разработайте свой вариант применения упражнений для изучения техники: для мужчин - подъем разгибом на перекладине: для женщин – подъем с переворотом на низкой жерди. Типичные ошибки, возникающие при выполнении и методические указания для их предупреждения и устранения.
18. Сравните методы направленные на обучения ОРУ, а затем обоснуйте преимущество одного метода над другим в гимнастике (показа, рассказа, по показу-рассказу (совмещенный), по разделениям и.т.д.)
19. Разработайте и составьте фрагмент подготовительной части урока, по гимнастики используя средства гимнастике для любого возраста школьников. (Задачи, средства и время).
20. Разработайте и составьте фрагмент основной части урока, по гимнастики используя средства гимнастике для любого возраста школьников. (Задачи, средства и время).
21. Разработайте и составьте фрагмент заключительной части урока, по гимнастики используя средства гимнастике для любого возраста школьников. (Задачи, средства и время).
22. Составьте конспект по гимнастики и раскройте кратко содержание её частей для любого возраста школьников. (Задачи, средства и время).
23. Разработайте свой вариант применения упражнений для изучения техники прикладного упражнения лазанья по канату в три приема. Типичные ошибки, возникающие при выполнении и методические указания для их предупреждения и устранения.

24. Разработайте проект применения кругового метода, направленного на физическую подготовленность занимающихся, состоящий из 8 специально-подготовительных упражнений.

Критерии оценки знаний студентов на зачете

«Зачтено» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений; содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением студента подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Студент должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь студента должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Не зачтено» - студент не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя. Ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Студент испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

8.1. Основная литература

1. Гимнастика [Электрон.ресурс]: учебное пособие / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. – Москва: КноРус, 2017. – 312 с. – Режим доступа: http: //www. book.ru//book/927554 (дата обращения: 15.05.2026).

2. Печеневская, Н. Г. Гимнастика : общеразвивающие упражнения : учебное пособие : [16+] / Н. Г. Печеневская, Г. П. Безматерных ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2024. – 121 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722504 (дата обращения: 15.05.2026)

3. Печеневская, Н.Г. «ТиМ ОБВС: Гимнастика»: строевые упражнения : учеб.-метод. пособие / Г.П. Безматерных; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта; Н.Г. Печеневская .— Омск : Изд-во СибГУФК, 2022 .— 71 с. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/870434 (дата обращения: 15.05.2026)

4. Дарданова, Н.А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика. Ч. 1 : учебное пособие / А. Д. Антоновский, С. К. Потапенко; Н.А. Дарданова .— Смоленск : СГАФКСТ, 2020 .— 152 с. : ил. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/736103 (дата обращения: 15.05.2026)

5. Ветрова, И.В. Гимнастика с методикой преподавания в адаптивной физической культуре: учебное пособие / И.В. Ветрова. – Красноярский ГПУ им.В.П. Астафьева. – Красноярск, 2014. – 494 с. – Режим доступа: https://elibrary.ru/download/elibrary_41291862_48778664.pdf (дата обращения: 15.05.2026)

8.2. Дополнительная литература

1. Дружков А.Л. и др.. Базовые виды двигательной подготовки (гимнастика) [Электронный ресурс] : метод. рекомендации / Дружков А.Л., Константинова С.Е., Быков

Л.А., Дружков А.Л. и др. — М. : РГУФКСМиТ, 2013 .— 11 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/236380 (дата обращения: 15.05.2026)

2. Абушинов, С.Н. Комплексы общеразвивающих упражнений [Электронный ресурс] / С.В. Зудбинов, А.П. Кальдинов, С.Н. Абушинов .— Элиста : Калмыцкий государственный университет, 2014 .— 18 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/299381 (дата обращения: 15.05.2026)

3. Дарданова, Н.А. Терминология: строевые и общеразвивающие упражнения / Е.И. Ярославцева, А.С. Коржакова, О.Ю. Горелова; Н.А. Дарданова .— Смоленск : СГУС, 2022 .— 63 с. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/809421 (дата обращения: 15.05.2026)

4. Теория и методика обучения базовым видам спорта «гимнастика» : рабочая тетрадь для студентов очной формы обучения / Н.А. Дарданова, Е.И. Ярославцева, А.Н. Вегерова .— Смоленск : СГУС, 2025 .— 52 с. : ил. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/945168 (дата обращения: 15.05.2026)

5. Теория и методика обучения базовым видам спорта «гимнастика» : рабочая тетрадь для студентов заочной формы обучения : [16+] / авт.-сост. Н. А. Дарданова, Е. И. Ярославцева, О. Ю. Горелова, А. С. Коржакова [и др.]. – Смоленск : Смоленский государственный университет спорта, 2023. – 45 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=725164 (дата обращения: 15.05.2026)

6. Физическая культура в школе : учебник : в 2 частях : [16+] / А. С. Гречко, В. Г. Турманидзе, Ю. И. Сиренко, С. Г. Сорокин ; Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2022. – Часть 2. – 320 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=698863 (дата обращения: 15.05.2026)

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

Электронные образовательные ресурсы

1. https://kopilkaurokov.ru – сайт для учителей
2. https://infourok.ru – ведущий образовательный портал России

Электронные библиотеки

1. Электронно-библиотечная система «Национальный цифровой ресурс «Руконт» https://lib.rucont.ru
2. Электронно-библиотечная система https://biblioclub.ru/

Интернет-ресурсы

1. https://sgus.ru/nauka/izdatelskaya-deyatelnost/
2. https://rutube.ru/channel/40230750/
3. http://www.yandex.ru
4. https://vk.com/gimnastika.sgys

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Студентам, изучающим курс гимнастики необходимо уделить особое внимание т.к. целый ряд разделов учебно-методического комплекса необходим профессиональной деятельности специалистов по физической культуре и спорту. Особое внимание уделить изучению терминологии гимнастики, строевым и ОРУ. Врачебный контроль и меры профилактики травм на занятиях гимнастикой имеют большое значение в сохранении здоровья и достижения спортивных и физкультурных результатов. Необходимо много внимания уделить внеаудиторной самостоятельной подготовке.

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 69 - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 44; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная 120*100см. Технические средства обучения: интерактивная доска TRIUMPH BOARD модель: 55*MULTI Touch LED LCD Monitor
2.	Аудитория № 68 (методический кабинет) - помещение для занятий семинарского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 10; для преподавателя – 1.
3.	Аудитория 3а (в зале №3)	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 14; для преподавателя – 1. Учебная доска Brauberg магнитно-маркерная 90*120 см. Проектор Epson Exceed Your Vision
4.	Зал №3	Укомплектован специализированным оборудованием: • Скамейки гимнастические • Стенка гимнастическая • Бревно низкое и высокое • Перекладина (высокая, низкая) • Брусья (высокие и низкие) • Конь (прыжковый) и для махов • Мостики гимнастические • Маты гимнастические • Скакалки • Палки гимнастические • Мячи набивные • Гантели разные • Брусья разной высоты • Кольца низкие и высокие • Канаты для лазания • Подвесные и ручные лонжи • Фортепиано
5.	Зал №4	Укомплектован специализированным оборудованием: • Скамейки гимнастические • Гимнастический ковер • Булавы • Скакалки • Палки гимнастические • Зеркала

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
		• Фортепиано
6.	Зал №2	Укомплектован специализированным оборудованием: • Батут • Поролоновая яма • Скамейки гимнастические • Гимнастические кольца • Перекладина • Брусья

Лицензионное программное обеспечение дисциплины

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1

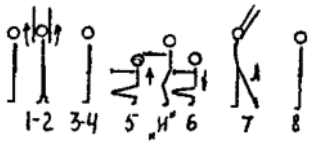
ЗАЧЕТНЫЙ КОМПЛЕКС ОРУ

Комплекс ОРУ выполняется под музыкальное сопровождение

1-е упражнение

И.п. - о.с.

1-2 - поднимаясь на носки, дугами наружу руки вверх, потянуться (смотреть на руки)



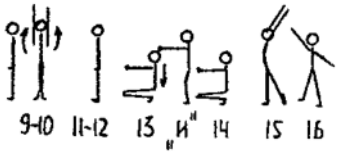
3-4 - опускаясь на всю стопу, дугами наружу руки вниз

5-6 - два пружинящих приседа, руки вперед, пальцы в кулак

7 - встать на правую, левую назад на носок, руки вверх-наружу

8 - и.п.

9-15 - повторить первые восемь счетов, но на 7-й счет второй восьмерки встать на левую, правую назад на носок, руки вверх-наружу

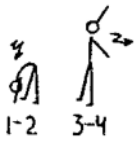


16 - стойка ноги врозь, руки в стороны ладонями кверху.

2-е упражнение

1-2 - два пружинящих наклона, касаясь ладонями пола

3-4 - выпрямиться, прогибаясь в грудной части, два рывка руками назад



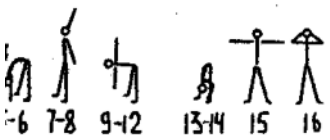
5-8 - повторить счеты 1-4

9-12 - медленный наклон (вперед) прогнувшись, руки в стороны

13 - наклон с захватом за голень, голову опустить

14 - притянуть руками туловище к ногам

15 - выпрямиться, руки в стороны ладонями кверху



16 - руки за голову.

3-е упражнение

1-2 - два пружинящих наклона влево, сгибая правую, руки вверх (смотреть на руки)

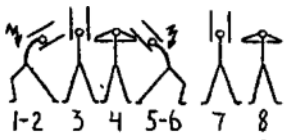
3 - стойка ноги врозь, руки вверх

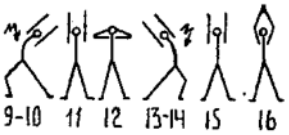
4 - руки за голову

5-6 - то же вправо

7 - счет 3

8 - стойка ноги врозь, руки за голову



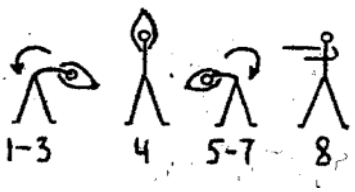


9-15 - повторить упражнение еще раз

16 - кисти соединить в замок.

4-е упражнение

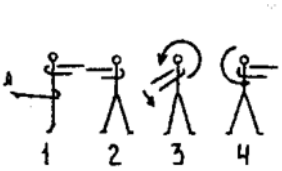
1-3 - круговое движение туловищем вперед-влево-назад, руки вверх, пальцы в замок

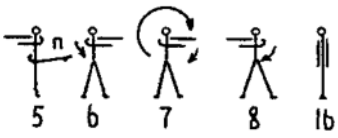


4 - выпрямиться
5-8 - то же вправо
9-15 - повторить упражнение еще раз
16 -выпрямляясь, руки вправо, с поворотом головы направо.

5-е упражнение

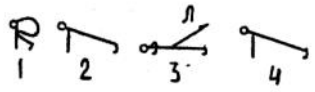
1 - поднимаясь на носок правой, мах левой вправо, дугами книзу руки влево
2 - и.п.
3-4- круг руками книзу и дугами книзу руки влево (движение руками сопровождать взглядом)
5-8 - то же с правой
9-15 - повторить упражнение еще раз
16 - приставить правую, руки вниз

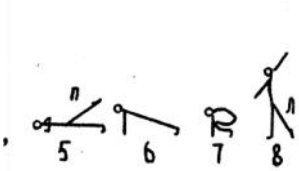




6-е упражнение

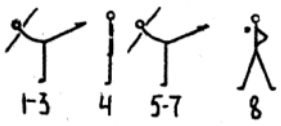
1 - упор присев
2 - упор лежа (прогнуться голову поднять)
3 - согнуть руки, левую назад
4 - упор лежа
5-6 - то же с правой
7 - упор присев
8 - и.п.
9-15 - повторить упражнение еще раз
16 - встать, левую назад на носок, руки в стороны.





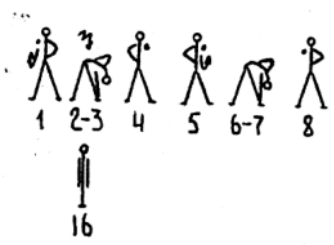
7-е упражнение

1-7 - равновесие на правой
8 - о.с.
9-14 -то же на левой
15 - выпрямляясь правую назад на носок (руки в стороны)
16 - мах правой в сторону в стойку ноги врозь, правую руку вперед (пальцы в кулак), левую руку на пояс.



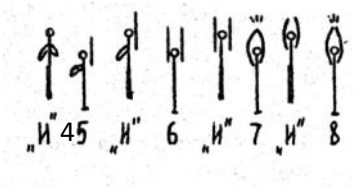
8-е упражнение

1 - круг правой книзу с поворотом туловища направо
2-3 - два пружинящих наклона касаясь левого носка
4 - выпрямиться и поменять положение рук
5-8 - то же к правой
9-15 - повторить упражнение еще раз
16 - приставляя правую, руки вниз.

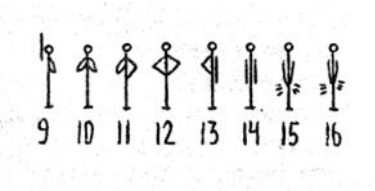


9-е упражнение

1 - подскок, левую руку на пояс
2 - подскок, правую руку на пояс
3 - подскок, левую руку к плечу

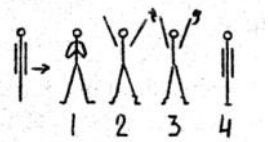


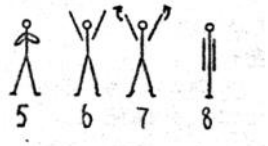
4 - подскок, правую руку к плечу
5 - подскок, левую руку вверх
6 - подскок, правую руку вверх
7-8 - два подскока с двумя хлопками над головой
9-14 - подскоки с движениями руками в обратной последовательности
15-16 - два подскока с двумя хлопками о бедра
1-16 - ходьба на месте



10-е упражнение

1 - шаг левой в сторону, руки к плечам (локти внизу, плечи отвести назад)
2 - поднимаясь на носки, руки вверх-наружу, потянуться
3 - повернуть ладони наружу, голову поднять
4 - приставляя левую, дугами наружу руки вниз,
5-8 - то же правой
9-16 - повторить упражнение еще раз.





Приложение 2

Комплекс ОРУ для учебной практики студентов

Упражнение №1
И.П.-О.С.
1-2 –дугами наружу руки вверх
3-4- дугами наружу руки вниз
5-6 – дугами внутрь руки вверх
7-8- дугами наружу руки вниз
Упражнение №2
И.П.-О.С.
1 – присед, руки вперед
2 - и.п.
3-наклон, руками коснуться пола
4 – и.п.
Упражнение № 3
И.П. – руки на пояс
1 – левую руку вперед
2 – правую руку вперед
3 – левую руку в сторону
4 – правую руку в сторону
5 -6 – наклон назад, руки за голову
7 – выпрямиться, руки в стороны
8 – и.п.
Упражнение № 4
И.П. – О.С.
1 – руки в стороны
2 – круг руками книзу
3 – круг руками кверху
4 – и.п.
Упражнение №5
И.П. – стойка ноги врозь, руки к плечам
1 – наклон влево, руки вверх
2 – и.п.
3 – наклон вправо, руки вверх (или тоже вправо)
4 – и.п.
Упражнение №6
И.П. – руки вперед ладонями книзу
1 – мах левой, руки назад
2 – и.п.
3 – мах правой ,руки назад (или тоже правой)
4 – и.п.
Упражнение №7
И.П. – узкая стойка ноги врозь, руки на пояс
1 – поворот туловища налево, руки в стороны
2 – и.п.
3 – поворот туловища направо, руки в стороны (или тоже направо)
4 – и.п.

Упражнение №8
И.П. – сед ноги врозь
1 – наклон к левой

2 – и.п.
3 – наклон к правой
4 – и.п.
5 – 7- пружинящие наклоны перед собой
8 – и.п.
Упражнение №9
И.П. – О.С.
1 – подскок в стойку ноги врозь, руки в стороны
2 – подскок в и.п.
3 – подскок в стойку ноги врозь, руки вперед
4 – подскок и.п.
5 – ходьба на месте и остановка группы
*/ упражнения 1,3,4,5,7,9 рекомендуется показывать в анфас, а упражнения 2,6,8 – в профиль.

Приложение 3

Нормативы по физической подготовке

Контрольные упражнения		Оценка		
		Удовл.	Хорошо	Отлично
Мужчины				
1.	Подтягивание в висе на перекладине	9	10	13
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	10	12	15
3.	Вис согнувшись на гимнастической стенке (к-во)	3-4	5-7	7-10
4.	Мост из положения лежа на спине	По 5-ти бальной системе		
5.	Наклон (касание пальцами, ладонями, с захватом голеней) сек.	+6	+7	+13
6	Прыжок в длину с места (см)	200-210	215-225	230-250
Женщины				
1.	Подтягивание из виса на пристеночной перекладине	10	15	20
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	10	12	14
3.	Вис углом на гимнастической стенке (кол-во)	3-5	5-8	8-11
4.	Мост из положения лежа на спине	По 5-ти бальной системе		
5.	Наклон (касание пальцами, ладонями, с захватом голеней) 2 сек.	+8	+11	+16
9	Прыжок в длину с места (см.)	160-170	170-180	190-210

Согласовано:

отв. за ОПОП по направлению подготовки
49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
профиль «Спортивно-оздоровительный туризм»
к.п.н., доцент _____ Васильева З.В.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ЛЫЖНЫХ ГОНОК

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«21» 05 2026 г.
протокол № 12
Заведующая кафедрой Н.В. Левченкова

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«25» 05 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ЛЫЖНЫЙ СПОРТ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 43.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная
Курс – 1
Семестр – 2
Итоговая форма контроля – зачет (2 семестр)

Рабочую программу разработали:
Якушев Д.С., к.п.н, доцент
Гурский А.В. д.п.н., профессор
Левченкова Н.В., доцент

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА……	5
1.1. Выписка из ФГОС 3++…….....	5
1.2. Краткая характеристика изучаемой дисциплины……	5
2. Результаты обучения по дисциплине……...	6
3. Место дисциплины в структуре ОПОП……	8
4. Объем дисциплины и виды учебной работы……	8
5. Содержание дисциплины…….....	9
5.1. Количество часов по видам занятий……..	9
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий……	9
5.2.1. Содержание лекционных занятий……...	10
5.2.2. Содержание практических занятий……	10
6. Самостоятельная работа студентов……..	14
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации……...	19
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины……	19
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы……	23
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля……	23
7.2.2. Тестовые задания по дисциплине……..	23
7.2.3. Вопросы к зачету (экзамену)……	33

8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины……..	34
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины…….	35
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины……	36
11.Материально-техническое обеспечение дисциплины……	37
12.ПРИЛОЖЕНИЕ……..	38

1. ПОЯСНИТЕЛ ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1.Выписка из ФГОС 3++

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943, с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учётом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-2. Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приёмов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке

ОПК-3. Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью

ПК-1 – способен реализовывать образовательный процесс в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (ПС 01.001 «Педагог» А/01.6, А/02.6, А/03.6);

ПК-2 – способен реализовывать образовательный процесс по дополнительным общеобразовательным программ, программам профессионального обучения, среднего профессионального образования (СПО), дополнительным профессиональным программам (ДПП) (ПС 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» А/01.6, А/02.6;);

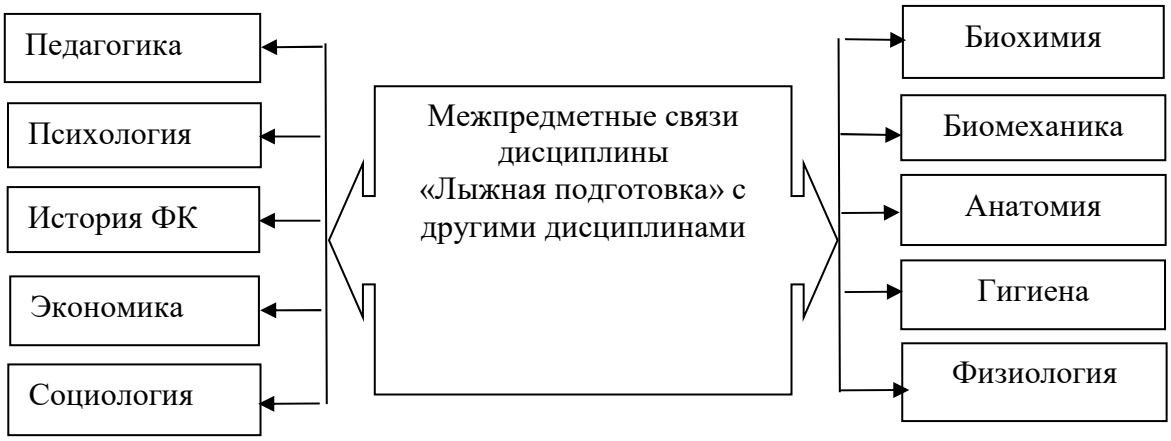
Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать: принципы и методы физического воспитания различных контингентов населения; основы теории и методики обучения лыжного спорта; способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса; анатомическое строение и функции органов и систем организма человека, закономерности психического, физического развития и особенности их проявления в	ПС 01.001 «Педагог» А/01.6, А/02.6, А/03.6 ПС 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» А/01.6, А/02.6;	УК-7 ОПК-1 ОПК-2 ОПК-3 ПК-1 ПК-2

разные возрастные периоды; принципы составления планирующей и отчетной документации. **Уметь:** определять способности и уровень готовности личности включиться в соответствующую физкультурно-спортивную деятельность; использовать информацию психолого-педагогических, медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процесс занятий; определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития; организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и спортивные соревнования. **Иметь опыт:** навыков рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техники; способами установления контактов и поддержания взаимодействия с субъектами деятельности в сфере физической культуры и спорта ; методами оценки физических способностей и функционального состояния обучающихся; организатора физкультурно-спортивных мероприятий.		

3. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина лыжная подготовка относится к обязательной части Б.1.О.34.04. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля: зачет. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: анатомия человека, физиология, биомеханика двигательной деятельности, биохимия человека, история физической культуры, педагогика, психология и социология (рис. 1).



Дисциплина «Лыжная подготовка» является предшествующей для прохождения учебной и производственной практик.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Лыжная подготовка» имеет трудоемкость, равную 3 зачетным единицам (40 часов).

Распределение часов по видам учебной работы

Виды учебной работы	Всего часов	Семестр
Контактная работа преподавателя со студентами	40	2
Лекции	2	2
Практические занятия	40	2
Лабораторные работы	0	2
Аттестация – зачёт	4	2
Самостоятельная работа	28	2
Общая трудоёмкость часы	72	2
Зачетные единицы	2	

1. Содержание дисциплины

1.1.Количество часов по видам занятий

Разделы и темы	Всего	Самостоятельная работа	Метод. занятия	Практ. зан.
1	2	3	4	6

Раздел I. Общие основы теории лыжного спорта	6		4	
1. Введение в специальность 2. История развития лыжного спорта 3. Характеристика видов лыжного спорта* 4. Техника безопасности в лыжном спорте 5. Материально-техническое обеспечение лыжного спорта 6. Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам			1 1 1 1 1 1	
Раздел II. Техника, тактика и методика обучения	4		2	6
1. Основы техники лыжного спорта 2. Техника классических способов передвижения на лыжах	2 2		4 4	1 1
ВСЕГО ЧАСОВ:	72	54	14	2

Примечание: * - лекционные и групповые занятия, проводимые в интерактивных формах.

5.2.Содержание дисциплины по видам занятий.

Модуль I. Общие основы теории лыжного спорта.

Тема 1. Введение в специальность

Лекция – 2 часа

Определение и содержание предмета. Оздоровительное и прикладное значение лыжного спорта. Место лыжного спорта в системе физического воспитания. Разрядные нормы и требования по лыжному спорту в Единой российской спортивной квалификации.

Классификация и терминология способов передвижения на лыжах и их характеристика.

ЛИТЕРАТУРА:

Основная – 1,2.

Дополнительная – 14.

*Изучение темы направлено на приобретение **знаний** о содержании программного материала и требованиях на 1 курсе и формирование **общепрофессиональных (ОПК-2)***

Тема 2. История развития лыжного спорта

(самостоятельное изучение – 4 часа)

Происхождение и первоначальное применение лыж. Типы древних лыж и их разновидность. Археологические находки лыж. Наскальные изображения. Первые письменные документы. Происхождение терминов «ski», «нарты», «лыжи». Зарождение лыжного спорта.

Применение лыж на Руси. Применение лыж на охоте и войне – лыжные рати XV и XVI вв. применение лыж в войнах в последующие столетия – в войсках Минина и Пожарского, в крестьянской войне под руководством Пугачева, в отечественной войне 1812 года.

Лыжный спорт в дореволюционной России. Первые лыжные клубы. Спортивные соревнования. Переходы. Техника лыжного спорта. Международные встречи. Методическая литература.

Развитие лыжного спорта в довоенный период. Применение лыж в гражданской войне и против интервентов. Роль Всевобуча в развитии лыжного спорта. Развитие лыжного спорта на основе комплекса ГТО. Дальние лыжные переходы. Участие лыжных подразделений в войне с белофиннами в Великой Отечественной войне.

Лыжный спорт в послевоенные годы. Дальнейший рост массовости в лыжном спорте. Рост спортивный достижений советских лыжников. Международные встречи. Участие советских лыжников в зимних Олимпийских играх и первенствах мира. Эволюция техники, развитие методики обучения и тренировки. Эволюция инвентаря.

Семинарское занятие – 2 часа

Оценка уровня знаний по пройденной теме при помощи контрольно-тестовых вопросов (даны в приложении).

ЛИТЕРАТУРА:

Основная - 1, 2.

Дополнительная - 3, 7, 13, 15, 19.

Изучение темы направлено на приобретение: ***знаний*** *об истории развития лыжного спорта на различных этапах его развития в мире* ***формирование 7), общепрофессиональных (ОПК-2)***

Тема 3. Характеристика видов лыжного спорта

Методическое занятие – 2 часа

Лыжные гонки. Историческая справка. Дисциплины лыжных гонок. География вида лыжного спорта.

Биатлон. Характеристика, историческая справка. Дисциплины биатлона. Популярность в стране и мире.

Горные виды. Историческая справка. Виды горнолыжных соревнований, их характеристика. Популярность видов в стране и мире.

Прыжки на лыжах с трамплина. Характеристика, историческая справка. Виды соревнований. Развитие в стране и мире.

Лыжное двоеборье. Характеристика, историческая справка. Развитие в стране и мире.

Фристайл. Характеристика, историческая справка. Классификация видов. Распространенность.

ЛИТЕРАТУРА:

Основная - 1, 2.

Дополнительная - 3, 7, 13, 15, 19.

Изучение темы направлено на приобретение ***знаний*** *о видах лыжного спорта и* ***формирование Общерофессиональных (ОПК-2)***

Тема 4. Техника безопасности в лыжном спорте

Методическое занятие – 2 часа

Причины, вызывающие травматизм и обморожения. Наиболее характерные травмы в отдельных видах лыжного спорта. Профилактика травматизма: требования к местам занятий, инвентарю, одежде, обуви. Организация занятий, методика проведения занятий. Требования, предъявляемые к лыжнику. Роль преподавателя в обеспечении безопасности на занятиях и соревнованиях. Руководство учебной группой при занятиях лыжным спортом.

ЛИТЕРАТУРА:

Основная - 1, 2.

Дополнительная - 3, 7, 8, 13, 15.

Изучение темы направлено на приобретение ***знаний и умений*** *по технике безопасности в лыжном спорте и* ***формирование общепрофессиональных (ОПК-2))***

Тема 5. Материально-техническое обеспечение лыжного спорта

Методическое занятие – 2 часа

Лыжи. Классификация лыж – гоночные, прыжковые, горные лыжи, туристические, детские, лыжи специального назначения, охотничьи. Ступающие лыжи – ракетообразные, овальные. Описание лыж. Материал для изготовления. Конструкция лыж.

Лыжные крепления. Палки для лыжных гонок, слалома и туристических путешествий. Материал для изготовления лыжных палок. Разновидности колец и штырей для лыжных палок. Выбор лыжных палок.

Уход за лыжным инвентарем. Хранение лыж и лыжных палок летом и зимой (на базах и в домашних условиях). Мелкий ремонт лыжного инвентаря. Комплект инструментов для ремонта лыжного инвентаря. Просмолка лыж.

Пластиковые лыжи. Описание и конструкция лыж. Отечественные и зарубежные фирмы, выпускающие лыжи.

Лыжные мази и парафины. Назначение лыжных мазей и парафинов. Основные отечественные и зарубежные мази, парафины.

Семинарское занятие – 2 часа

Вопросы к семинарскому занятию.

Лыжи и их характеристика.

Палки и их характеристика.

Лыжные крепления.

Лыжные ботинки.

Уход за лыжным инвентарем.

Лыжные мази и парафины.

ЛИТЕРАТУРА:

Основная - 1, 2.

Дополнительная - 3, 7, 8, 9, 13, 14, 16.

Изучение темы направлено на приобретение ***знаний,умений и навыков направленных на использованиематериально-технического обеспечения лыжного спорта*** *(хранение и уход за лыжным инвентарем)* ***формирование общепрофессиональных (ОПК,2.***

Тема 6. Организация и проведение соревнований по лыжному спорту.

Методическое занятие – 2 часа

Общее положение проведения соревнований по лыжным гонкам. Составление Положения о соревнованиях. Рассмотрение видов зачета соревнований. Предварительные и основные заявки на участие в соревнованиях. Порядок финансирования и составления смет расходов.

Классификация соревнований. Планирование. Подготовка и обсуждение соревнований.

Общие правила соревнований по лыжному спорту. Порядок старта и проведение жеребьевки. Заявки представителей и протесты. Медицинское обслуживание. Группы участников соревнований. Главная судейская коллегия. Обязанности, организация и методика работы главного судьи, главного секретаря, начальника трассы; права и обязанности судей, представителей и участников.

Места соревнований. Дистанции лыжных гонок.

ЛИТЕРАТУРА:

Основная - 1, 2.

Дополнительная - 3, 7, 9.

Изучение темы направлено на приобретение: ***знаний*** *и* ***умений*** *об организации и проведении соревнований по лыжному спорту и* формирование общепрофессиональных (ОПК-2)

Модуль II. Техника, тактика и методика обучения.

Тема 1. Основы техники лыжного спорта.

Методическое занятие – 2 часа

Общие основы техники передвижения на лыжах. Определение техники. Характеристика сил, действующих на движение лыжника. Темп, ритм, длина цикла, скорость движений отдельных частей тела. Характеристика посадки лыжника, толчки ногой, рукой.

Деление лыжных ходов по способу отталкивания руками и количеству скользящих шагов в цикле. Фазовая структура лыжных ходов.

Техника способов передвижения. Характеристика работы отдельных частей тела, построение усилий в цикле попеременных ходов (двухшажный, четырехшажный, с тремя толчками рук), одновременных ходов (бесшажный, одношажный – основной и скоростной, двухшажный).

Техника подъемов в гору: полуелочкой, елочкой, лесенкой, ступающим шагом при попеременных ходах.

Техника спусков с гор прямо и наискось в различных стойках (средней, высокой, низкой). Разбор действия сил на лыжника при различных спусках. Анализ техники движений лыжника при преодолении неровностей, различных видов торможений: плугом, упором, соскальзыванием (боковым, косым, округленным – передним и задним).

Техника поворотов на месте (переступанием, махом, прыжком). Техника поворотов при спусках с гор: переступанием, в упоре, в плуге, из упора, из плуга, ножницами, на параллельных лыжах.

Семинарское занятие – 2 часа.

Вопросы к семинарскому занятию.

Структура скользящего шага (Основные действия и элементы).

Силы, действующие на лыжника.

Классификация и терминология техники лыжного спорта.

Принципы деления лыжных ходов по характеру работы рук и количеству скользящих шагов.

Попеременный двухшажный ход. Техника и методика обучения.

Одновременный двухшажный ход. Техника и методика обучения.

Одновременный одношажный ход (основной вариант). Техника и методика обучения.

Одновременный одношажный ход (скоростной вариант). Техника и методика обучения.

Анализ техники спусков и методика обучения.

Поворот «плугом». Техника и методика обучения.

Поворот «упором». Техника и методика обучения.

Методика обучения торможения лыжами («упором», «плугом»).

Методика обучения технике преодоления подъемов (ступающим, скользящим шагом, «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой»).

ЛИТЕРАТУРА:

Основная - 1, 2.

Дополнительная - 3, 4, 7, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 18.

*Изучение темы направлено на приобретение **знаний** по теоретическим вопросам техники передвижения на лыжах (общие основы техники передвижения на лыжах,характеристика сил, действующих на движение лыжника) и **формирование универсальных (УК-7),***

Тема 2. Техника классических способов передвижения на лыжах

Методическое занятие – 2 часа

Техника лыжника-гонщика. Классификация и характеристика классических лыжных ходов, их применение в практике лыжного спорта.

Биомеханический анализ техники классических лыжных ходов: длина, продолжительность, темп, скорость в циклах ходов, фазовый анализ, изменение структуры усилий в циклах ходов в зависимости от условий их применения.

Фазовая структура скользящего шага попеременного двухшажного хода. Динамические и кинематические характеристики. Ритмовая структура.

Фазовая структура скользящего шага одновременного одношажного и двухшажного ходов. Динамические и кинематические характеристики. Ритмовая структура.

Характеристика работы отдельных частей тела, построение усилий в цикле попеременных и одновременных ходов. Сравнительная характеристика основных параметров движения лыжника-гонщика при передвижении по пересеченной местности, в зависимости от условий скольжения, утомления.

Методическое занятие – 2 часа.

Техника лыжника-гонщика. Индивидуализация техники. Анализ структуры движений лыжника-гонщика при передвижении попеременными и одновременными лыжными ходами. Особенности техники в различных условиях внешней среды – плохие, хорошие и отличные условия скольжения, плотная и мягкая лыжня.

Возрастные особенности техники. Особенности техники в походных передвижениях.

Ошибки в технике классических лыжных ходов. Классификация ошибок. Предупреждение и исправление ошибок. Причинно-следственные связи возникновения ошибок.

Семинарское занятие – 2 часа.

Анализ техники лыжных ходов по материалам киносъемок, видеозаписей, кинограмм, кинокольцовок (техники сильнейших лыжников мира, России, своей учебной группы).

ЛИТЕРАТУРА:

Основная - 1, 2.

*Изучение темы направлено на приобретение **знаний** по теоретическим вопросам техники передвижения на лыжах классическим способом передвижения (общие основы техники передвижения на лыжах классическим стилем,характеристика сил, действующих на движение лыжника) и **формирование универсальных (УК-7,8), общепрофессиональных компетенций (ОПК-1,3,4,15) и профессиональных компетенций (ПК – 3,7; В/02.5; С/02.5).***

6. Самостоятельная работа студентов

Раздел Тема	Содержание работы	Количество часов	Виды контроля
1	2	3	4
Тема 1.	Изучить тему: «История развития лыжного спорта». Написать реферат по данной теме.	6	реферат
Тема 2.	Овладеть основами методики обучения классическими ходами.	6	конспект
Тема 3.	Ознакомиться с судейской документацией, с обязанностями главного судьи, главного секретаря, работой судей на старте, на финише, начальника дистанции, контролеров. Ознакомиться с составлением и заполнением судейских документов, итоговых отчетов о проведении соревнований. Принять участие в практике судейства соревнований в своей учебной группе и в масштабе института.	6	устный опрос
Тема 4.	Принять участие в организации и проведении соревнований по лыжным гонкам	6	Отметка в карточке судейства
Тема 5.	Освоить тему: «Характеристика видов лыжного спорта».	6	реферат
Тема 6.	Изучить вопрос о подготовке инвентаря к занятиям и соревнованиям.	6	устный опрос
Тема 7.	Написать подготовительную часть урока в подготовительном и соревновательном периодах.	6	зачетный урок
Тема 8.	Повышать уровень общей физической подготовки	6	контрольные нормативы

Тема 9.	Совершенствовать технику способов передвижения на лыжах в процессе учебных занятий	6	оценка техники классических лыжных ходов
Всего часов:		54	

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Дисциплина предполагает разные формы учебной аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы.

На первых занятиях студентам бакалавриата даётся список источников, обязательной и дополнительной литературы. В ходе консультаций с преподавателем, студент получает рекомендации по работе с литературой, по подготовке к аудиторным занятиям и выполнению самостоятельной работы.

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты бакалавриата могут пользоваться
УМК по дисциплине, который включает следующие методические материалы: краткие конспекты лекций по дисциплине, словари терминов и персоналий.

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с Интернет-ресурсами;
2. Работа в Научной библиотеке СГАФКСТ;
3. Работа с литературой в методическом кабинете кафедры ТиМ лыжных гонок;
4. Работа с материалами рабочей программы.

Виды самостоятельной работы студентов

Подготовка к практическим занятиям. Выполняется регулярно исходя из расписания занятий.

Подготовка рефератов, письменных работ, сообщений.

Подготовка к зачёту.

Преподаватель после первой темы проводит собеседование со студентами и определяет тематику их будущих рефератов. Таким образом у студентов на подготовку рефератов не менее 1 месяца. На консультации (проводятся еженедельно) студент получает список литературы, адреса сайтов, методические рекомендации. Далее студент самостоятельно готовит реферат. В случае необходимости он может проконсультироваться с преподавателем.

Список основной и дополнительной литературы по темам, изучаемым самостоятельно

Основная литература:

1. Лыжный спорт: Учебник/ Т.И. Раменская, А.Г. Баталов - М.:- Флинта: Наука, 2004. - 320с. – 92 экз.
2. Лыжный спорт: Учебник/Т.И. Раменская, А.Г. Баталов - М.:- Физическая культура,2005. - 320с. – 50 экз.

Дополнительная литература:

1. Кобзева, Л. Ф. Лыжные гонки [Текст]: учебное пособие / Л.Ф. Кобзева, В.В. Ермаков, А.В. Гурский; ФГОУ ВПО "СГАФКСТ". - Смоленск: СГАФКСТ, 2012. - 108 с. – 8 экз.

3. Кобзева, Л. Ф. Техника классических лыжных ходов лыжниц - гонщиц [Текст]: учебное пособие / Л.Ф. Кобзева; ФГОУ ВПО "СГАФКСТ". - Смоленск: СГАФКСТ, 2013. - 59 с. – 13 экз.

4. Ермаков В.В. Современные технологии формирования структуры движений и развития специальных физических качеств лыжника - гонщика [Текст]: учеб.пособие / В.В. Ермаков, В.С. Шевцов. - Смоленск: СГАФКСТ, 2008. - 102 с.: ил. – 20экз,

5. Ермаков В.В. Современные средства и методы специальной подготовки лыжника - гонщика [Текст]: монография / В.В. Ермаков, А.В. Гурский, В.С. Шевцов; ФГБОУ ВПО "СГАФКСТ". - Смоленск: СГАФКСТ, 2012. - 146 с.: ил. – 5экз. – 5 экз.

6. Ермаков В.В. Техника лыжных гонок [Текст]: учеб.пособие / В.В. Ермаков, А. В. Пирог, В.С. Шевцов; ФГБОУ ВПО СГАФКСТ. - 2-е изд., перераб. и доп. - Смоленск, 2012. - 93 с. : ил. – 13экз.

7. Кобзева, Л. Ф. Лыжные гонки: учебное пособие/Л.Ф. Кобзева,В.В.Ермаков,А.В.Гурский.-Смоленск:СГАФКСТ,2012.-108 с. – 8 экз.

Дворецкий, В.А. Смазка лыж для коньковых и классических способов передвижения [Текст]: учебно - методическое пособие / В.А. Дворецкий. - Смоленск: СГИФК, 2002. - 46 с.: ил. – 12экз.

8. Дворецкий, В. А.Выбор и подготовка современных гоночных лыж: учебно-метод. пособие/В. А. Дворецкий.- Смоленск: СГИФК, 2002.-42 с. -14 экз.

9. Дворецкий, В. А. Психологическая подготовка лыжника-гонщика: учебное пособие для студентов высших учебных заведений/В.А. Дворецкий.-Смоленск:СГИФК,2000.-120с – 5 экз.

Электронные издания

1. Раменская, Т.И. Лыжные гонки как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т.И. Раменская.— М.: РГУФКСМиТ, 2011.— 161 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/202947

2. Нестеров, Е.Н. Методика обучения технике передвижения в лыжных гонках: учебное пособие [Электронный ресурс] / Е.Н. Нестеров [и др.].— Набережные Челны: КамГИФК, 2007.— 88 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/242666

3. Современные аспекты спортивной тренировки лыжников и биатлонистов за рубежом [Электронный ресурс] : науч.-метод. пособие / Ю.В. Корягина, В.А. Аикин;Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта.— Омск : Изд-во СибГУФК, 2015 .— 69 с. : ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/640987

4. Плохой, В.Н. Подготовка юных лыжников-гонщиков [Электронный ресурс]: науч.-метод. пособие / В.Н. Плохой .— М. : Спорт : Человек, 2016 .— 185 с. — (Библиотечка тренера).— Библиогр.: с. 180-182 .— ISBN 978-5-906839-05-3 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641249

5. Бомин, В. А. Методика обучения способам передвижения на лыжах[Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / В. А. Бомин, В. В. Шохирев, А. Ф. Коклимов.— Иркутск: Издательство "Мегапринт", 2014.— 159 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/336929

6. Бусарин, А.Г. Лыжная подготовка в нефизкультурном вузе[Электронный ресурс]: учебное пособие / А.Г. Бусарин.— Казань: Изд-во «Познание», 2007.— 220 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/239304

7. Бусарин, А.Г. Влияние технологии подготовки гоночных лыж на эффективность тренировочного и соревновательного процессов квалифицированных лыжников-гонщиков [Электронный ресурс]: монография /А.Г. Бусарин, А.А. Черняев.— Набережные Челны: Поволжская ГАФКСиТ, 2013.— 221 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/242740

8. Кузнецов, В. К. Основы техники и обучение способам передвижения на лыжах [Электронный ресурс]: учеб.пособие /В. К. Кузнецов, М. В. Артеменко.— Малаховка: МГАФК, 2010.— 154 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/291723
9. Иванов, Б.М. Лыжная подготовка в общеобразовательных учреждениях[Электронный ресурс]: учебное пособие /Б.М. Иванов, Е.Н. Нестеров, А.М. Ахметов.— Набережные Челны: РИО НГПИ, 2011.— 137 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/241381
10. Лыжные гонки. Этапы спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства [Электронный ресурс]: программа / П.В. Квашук, Н.Н. Кленин.— М.: Советский спорт, 2009.— 32 с. — (Примерные программы спортивной подготовки для специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства).— ISBN 978-5-9718-0420-8.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/293661
11. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки [Электронный ресурс]: утв. приказом Минспорта России от 14 марта 2013 г. № 111 / Министерство спорта Российской Федерации.— М.: Советский спорт, 2014.— 27 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/300511
12. Физическая культура и спорт в Российской Федерации в цифрах (2000–2012 годы) [Электронный ресурс]: сборник / П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков, ред.: В.Л. Мутко.— М.: Советский спорт, 2013.— 186 с. — ISBN 978-5-9718-0682-0.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/280572
13. Аветисян, А.К. Олимпийский пьедестал России. Зимние виды спорта 1908-2010 гг. [Электронный ресурс]: справочник /А.К. Аветисян; под общ.ред.: В.Б. Сенглеева.— М.: Советский спорт, 2014.— 168 с. — ISBN 978-5-9718-0720-9.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/279261

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-7		**Знает (пороговый уровень):** положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования, целевые результаты и параметры применяемых нагрузок, методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования, основные и дополнительные формы занятий, документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах характеристику современных программ по физическому воспитанию в общеобразовательной школе, их структуру и содержание **Умеет (стандартный уровень):** планировать тренировочный процесс на разных стадиях и этапах, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; самостоятельно определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и методов, устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха в режиме учебного и вне учебного времени; разрабатывать документы планирования по предмету физическая культура на основе примерных основных общеобразовательных программ (годовой и календарно- тематический планы, конспекты занятий) с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, ; осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе. **Имеет опыт (эталонный уровень):** применения общетеоретических знаний, методических (технологических), в том числе инновационных при разработке документов планирования тренировочного и образовательного процессов, активного отдыха в режиме учебного и вне учебного времени
ОПК-1		**Знает (пороговый уровень):** значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации»», «спортивная ориентация», понимает разницу между ними;

		критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы); о сложности сведения воедино разнородных диагностических данных о спортивной предрасположенности; об особенностях начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; об особенностях планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов **Умеет (стандартный уровень):** ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации. **Имеет опыт (эталонный уровень):** обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий на разных этапах тренировочного процесса, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.
ОПК-2		**Знает (пороговый уровень):** - характеристику различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ соответствующей направленности; - принципы и приемы представления общеобразовательной программы; - технику и приемы вовлечения в деятельность, мотивацию к освоению избранного вида деятельности (избранной образовательной программы) обучающихся различного возраста; - основы методики воспитательной работы и основные принципы деятельностного подхода при обучении двигательным действиям и развитии физических качеств. **Умеет (стандартный уровень):** - осуществлять воспитательную деятельность при организации учебного процесса по общеобразовательной программе; - владеть методами воспитания детей различного возраста в процессе уроков физической культуры; - устанавливать педагогически обоснованные формы и методы взаимоотношений с обучащимися, создавать педагогические условия для формирования на учебных занятиях благоприятного психологического климата. **Имеет опыт (эталонный уровень):**

		- регулирования поведения обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды; - постановки воспитательных целей, способствующих развитию обучающихся, независимо от их способностей и характера - проведения учебных занятий по учебным образовательным программам
ОПК-3		**Знает (пороговый уровень):** - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту;- систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту;- систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;- требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; **Умеет (стандартный уровень):** - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; **Имеет опыт (эталонный уровень):** применения профессиональных знаний методического характера в том числе, инновационных для обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процесса, их аргументации, проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки, ИВС;
ПК-1	ПС 01.001 «Педагог» А/01.6, А/02.6, А/03.6	**Знает (пороговый уровень):** классификацию средств физического воспитания; характеристику методов развития физических качеств, обучения двигательным действиям, организации и воспитания занимающихся; формы построения занятий в физическом воспитании, структуру и содержание

		урока физической культуры; методические особенности физического воспитания различных категорий населения **Умеет (стандартный уровень):** объяснить различным слоям населения значение различных средств физического воспитания; осуществлять подбор средств и методов, адекватных возрасту занимающихся **Имеет опыт (эталонный уровень):** применения средств, методов, приемов и форм обучения и воспитания на уроках физической культуры, в учебно-тренировочном процессе и физкультурно-оздоровительных занятиях различных слоев населения
ПК-2	ПС 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» А/01.6, А/02.6;	**Знает (пороговый уровень):** характеристику средств, методов, форм контроля результатов образовательной деятельности; методику определения общей и двигательной плотности урока, их нормы и способы повышения; методику определения интенсивности нагрузки на уроке; методику проведения педагогического анализа; методику оценки физической подготовленности занимающихся разных возрастных групп. **Умеет (стандартный уровень):** проводить хронометрирование, пульсометрию и педагогический анализ урока физической культуры (физкультурного и учебно-тренировочного занятий); осуществлять контроль физической подготовленности и применять контрольные упражнения для определения уровня развития физических способностей **Имеет опыт (эталонный уровень):** осуществления педагогического контроля за деятельностью учителя физической культуры; оценивания результатов освоения образовательной деятельности; оценки и контроля физических способностей и функционального состояния обучающихся, техники выполнения физических упражнений.

У*ровни оценки ожидаемых результатов:*

• ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2. Типовые контрольные задания

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

В процессе освоения дисциплины студент может под руководством преподавателя овладеть знаниями по основным дидактическим единицам учебной программы 1 курса 1 семестра. Основными формами текущего и промежуточного контроля знаний студентов являются: микро-зачёты, контрольные работы, написание рефератов, устный опрос на семинарах, тестирование, приём практических нормативов.

Итоговая аттестация

Учебная дисциплина «Лыжная подготовка» завершается устным зачетом, на котором проверяется усвоение материала I курса. Итогом работы по дисциплине является не просто усвоение некоторой суммы теоретических сведений, а творческое осмысление изученного материала и практическое использование в процессе обучения в академии.

Аттестация проводится в форме опроса по билетам.

7.2.2. Контрольно-тестовые вопросы по теме: «Истори Тестовые задания по дисциплине

«История развития лыжного спорта»

1. Заполните свои данные.
2. Пожалуйста, отвечайте на каждый вопрос теста.
3. Не задерживайтесь долго на одном вопросе. Как только вы его поняли — быстро отвечайте и переходите к следующему.
4. На каждый вопрос теста отвечайте по отношению к настоящему времени — так, как вы знаете, чувствуете СЕЙЧАС.
5. Правильных ответов может быть один или два.

(буква правильного ответа указана в Приложении)

1. Выделите первые приспособления для передвижения по снегу:

а) снегоступы; б) лыжа-башмак; в) скользящие лыжи.

2. Назовите время появления первого письменного упоминания о применении лыж на Руси:

а) X век; б) VIII век; в) XII век.

3. Назовите место и время организации первого в мире спортивного лыжного клуба:

а) Норвегия, 1877 г.; б) Россия, 1895 г.; в) Финляндия, 1777 г.

4. Назовите место и время проведения первого в мире соревнования на лыжах:

а) Италия, 1787 г.; б) Россия, 1810 г.; в) Норвегия, 1767 г.

5. Где и когда был организован первый в России лыжный спортивный клуб?

а) в Санкт-Петербурге, 1897 г. - "Полярная звезда";

б) в Москве, 1895 г. - Московский клуб лыжников (МКЛ);

в) в Екатеринбурге, 1887 г. - "Уктус".

6. Назовите место и время проведения первых зимних Олимпийских игр (ЗОИ) и первого чемпионата мира (ЧМ):

а) 1910 г., Саппоро, Япония; б) 1920 г., Калгари, Канада;

в) 1924 г., Шамони, Франция.

7. Перечислите виды лыжного спорта, включенные в программу I ЗОИ (1924 г., Шамони, Франция):

а) лыжные гонки, прыжки на лыжах с трамплина, лыжное (северное) двоеборье;

б) лыжные гонки, прыжки на лыжах с трамплина, биатлон;

в) лыжные гонки, прыжки на лыжах с трамплина, горные лыжи.

8. Перечислите виды лыжного спорта, включенные в программу XIX ЗОИ (2002 г., Солт-Лейк-Сити, США):

а) лыжные гонки, прыжки на лыжах с трамплина, биатлон, горные лыжи;

б) лыжные гонки, прыжки на лыжах с трамплина, лыжное двоеборье, горные лыжи, фристайл, сноуборд;

в) лыжные гонки, прыжки на лыжах с трамплина, лыжное двоеборье, горные лыжи, биатлон, фристайл, сноуборд.

9. Сколько комплектов медалей разыгрывалось в лыжных видах I порта на I ЗОИ (1924 г., Шамони, Франция)?

а) 16; б) 10; в) 4.

10. Назовите количество комплектов медалей, разыгранных в лыжных видах спорта на XIX ЗОИ (2002 г., Солт-Лейк-Сити, США):

а) 16; б)32; в) 44.

11. Назовите три самых массовых в России зимних вида спорта (по количеству занимающихся в спортивных школах разной категории):

а) лыжные гонки, хоккей, фигурное катание;

б) горнолыжный спорт, фристайл, биатлон;

в) фигурное катание, лыжное двоеборье, бобслей.

12. Когда состоялся первый чемпионат России по лыжным гонкам?

а) в 1910 г.; б) в 1890 г.; в) в 1917 г.

13. Кто стал победителем первого чемпионата России по лыжным гонкам, состоявшегося в Москве в 1910 г.?

а) Павел Бычков;

б) Вячеслав Веденин;

в) Владимир Кузин.

14. Назовите год проведения первого чемпионата страны по лыжным гонкам среди женщин:

а) 1910 г.; б) 1921 г.; в) 1930 г.

15. Назовите имя первой победительницы чемпионата страны по лыжным гонкам среди женщин (1921 г.):

а) Любовь Баранова (Козырева);

б) Галина Кулакова;

в) Надежда Кузнецова.

16. Когда и где наши лыжники впервые приняли участие в 20-мЧМ?

а) 1948 г., Санкт-Мориц, Швейцария;

б) 1954 г., Фалун, Швеция;

в) 1956 г., Кортина д'Ампеццо, Италия.

17. Назовите имя первого отечественного чемпиона мира по лыжным гонкам (1954 г., Фалун, Швеция):

а) Федор Терентьев; б) Павел Бычков; в) Владимир Кузин.

18. Назовите имя первой отечественной абсолютной чемпионки мира по лыжным гонкам (1954 г., Фалун, Швеция):

а) Надежда Кузнецова; б) Любовь Баранова (Козырева);

в) Галина Кулакова.

19. Когда и где наши лыжники впервые приняли участие в VII ЗОИ?

а) в 1952 г., Осло, Норвегия;

б) в 1956 г., Кортина д'Ампеццо, Италия;

в) в 1960 г., Скво-Вэлли, США.

20. Назовите имя первого отечественного олимпийского чемпиона в индивидуальных соревнованиях по лыжным гонкам (1972 г., Саппоро, Япония):

а) Николай Аникин; б) Вячеслав Веденин; в) Владимир Кузин.

21. Назовите имя первой отечественной олимпийской чемпионки по лыжным гонкам (VII ЗОИ, 1956 г., Кортина д'Ампеццо, Италия):

а) Галина Кулакова; б)Раиса Сметанина; в) Любовь Баранова (Козырева).

22. Раскройте программу соревнований по лыжным гонкам среди женщин на XIX ЗОИ (2002 г., Солт-Лейк-Сити, США) - первых Играх XXI столетия:

а) 10, 20, 30 км;

б) 5, 10, 15, 30 км, эстафета 3х5 км;

в) 10, 15, 30 км; преследование - 5+5 км; спринт - 1,5 км, эстафета 4,5 км.

23. Раскройте программу соревнований по лыжным гонкам среди мужчин на XIX ЗОИ (2002 г., Солт-Лейк-Сити, США) - первых Играх XXI столетия:

а) 10, 20, 30 км, эстафета 4х5 км;

б) 15, 30, 50 км; преследование - 10+10 км; спринт - 1,5 км, эстафета 4х10 км;

в) 10, 15, 30, 50 км; преследование - 5+5 км; спринт - 1,5 км, эстафета 4х5 км.

24. Назовите общее количество чемпионатов мира, проведенных в XX столетии, включая ЧМ, состоявшиеся в рамках I-XIII ЗОИ:

а) 42; б)36; в) 48.

25. Сколько ЗОИ было проведено в XX столетии?

а) 14; б) 18; в) 20.

26. Выделите сильнейшую лыжную державу XX столетия по лыжным гонкам:

а) Норвегия; б) Финляндия; в) Россия.

27. Укажите имя российского лыжника-гонщика, 4-кратного олимпийского чемпиона:

а) Николай Зимятов; б) Павел Колчин; в) Вячеслав Веденин.

28. Назовите имя российской спортсменки, выигравшей наибольшее количество золотых наград (14) на ЧМ:

а) Галина Кулакова; б) Елена Вяльбе; в) Раиса Сметанина.

29. Сколько чемпионов мира по лыжным гонкам в российской команде века?

а) 35; б)45; в) 52.

30. Сколько чемпионов Олимпийских игр по лыжным гонкам в российской команде века?

а) 36; б)30; в) 45.

31. Назовите дисциплину по лыжным гонкам, впервые включенную в программу XIX ЗОИ - первых игр III тысячелетия:

а) гонка преследования; б) лыжный спринт; в) гонка на 5 км.

32. Назовите имя 6-кратной чемпионки Олимпийских игр по лыжным гонкам, Героя России:

а) Любовь Баранова (Козырева); б) Галина Кулакова;

в) Любовь Егорова.

33. Когда был проведен первый чемпионат страны по прыжкам на лыжах с трамплина?

а) в 1910 г.; б) в 1926 г.; в) в 1890 г.

34. Назовите имя первого чемпиона страны по прыжкам на лыжах с трамплина:

а) Владимир Белоусов; б) Гарий Напалков; в) Вячеслав Воронов.

35. Назовите ЗОИ, на которых прыжки на лыжах с трамплина впервые включили в олимпийскую программу:

а) VII ЗОИ (1956 г., Кортина д'Ампеццо, Италия);

б) IV ЗОИ (1936 г., Гармиш-Партенкирхен, Германия);

в) I ЗОИ (1924 г., Шамони, Франция).

36. Когда и где наши лыжники-прыгуны впервые приняли участие в ЗОИ?

а) в 1956 г. на VII ЗОИ (Кортина д'Ампеццо, Италия);

б) в 1936 г. на IV ЗОИ (Гармиш-Партенкирхен, Германия);

в) в 1924 г. на I ЗОИ (Шамони, Франция).

37. Назовите мощность трамплинов в индивидуальных соревнованиях по прыжкам на лыжах с трамплина на XIX ЗОИ - первых Играх XXI столетия:

а) К-90 и К-120; б) К-30 и К-60; в) К-120 и К-140.

38. Выделите мощность трамплина в командных соревнованиях по прыжкам на лыжах с трамплина на XIX ЗОИ - первых Играх XXI столетия:

а) К-60; б) К-90; в) К-120.

39. Перечислите показатели, по которым оценивают спортивный результат в прыжках на лыжах с трамплина:

а) по дальности прыжка и технике его выполнения;

б) по дальности прыжка;

в) по технике исполнения прыжка.

40. Сколько судей оценивают технику исполнения прыжка на лыжах с трамплина?

а)3; б)7; в) 5.

41. Рассчитайте количество очков за технику прыжка на лыжах с трамплина у спортсмена при следующих оценках судей: 18, 15, 17, 19, 15:

а) 84 (18 + 15 + 17 + 19 + 15);

б) 50 (18 + 17 + 15); в) 54 (18 + 17 + 19).

42. Определите количество очков за прыжок на 90 м на трамплине К-90:

а) 60; б)90; в) 45.

43. Укажите количество очков за прыжок на 120 м на трамплине К-120:

а) 60; б)90; в) 45.

44. Определите оценку за зачетный прыжок на 85 м на трамплине К-90 (1 м = 2 очкам):

а) 70 очков [(90 - 85) х 2 = 10 очков; 60 + 10 = 70 очков];

б) 50 очков [(90 - 85) х 2 = 10 очков; 60 - 10 = 50 очков];

в) 57 очков [90 - 85 - 2 = 3 очка; 60 - 3 = 57 очков].

45. Найдите оценку за зачетный прыжок на 95 м на трамплине К-90 (1 м = 2 очкам):

а) 50 очков [(95 - 90) х 2 = 10 очков; 60 - 10 = 50 очков];

б) 57 очков [95 - 90 - 2 = 3 очка; 60 - 3 = 57 очков];

в) 70 очков [(95 - 90) х 2 = 10 очков; 60 + 10 = 70 очков].

46. Определите итоговый спортивный результат в индивидуальных соревнованиях по прыжкам на лыжах с трамплина, если спортсмен за технику выполнения двух зачетных прыжков получил 54 и 56 очков, а за дальность - 52 и 68:

а) 124 очка (56 + 68); б) 106 очков (54 + 52);

в) 230 очков (54 + 52 + 56 + 68).

47. Раскройте методику определения спортивного результата в командных соревнованиях прыгунов на лыжах с трамплина:

а) по общей сумме очков, полученных за технику и дальность двух зачетных прыжков всех (четырех) участников команды;

б) по сумме очков, полученных за технику и дальность одного лучшего из двух зачетных прыжков всех (четырех) участников команды;

в) по общей сумме очков, полученных за технику и дальность двух зачетных прыжков трех лучших (из четырех) участников команды.

48. Назовите имя первого отечественного чемпиона мира по прыжкам на лыжах с трамплина:

а) Владимир Белоусов; б) Вячеслав Воронов; в) Гарий Напалков.

49. Назовите имя нашего соотечественника - олимпийского чемпиона по прыжкам на лыжах с трамплина:

а) Владимир Белоусов; б)Вячеслав Воронов; в) Гарий Напалков.

50. Перечислите соревновательные упражнения в лыжном двоеборье:

а) лыжные гонки на 10 и 5 км;

б) прыжки на лыжах с трамплина и лыжная гонка;

в) прыжки на лыжах с трамплина К-90 и К-120.

51. Когда был проведен первый чемпионат страны по лыжному двоеборью?

а) в 1930 г.; б) в 1935 г.; в) в 1910 г.

52. Назовите имя первого чемпиона страны по лыжному двоеборью:

а) Н. Алферов; б) Н. Киселев; в) Н. Гусаков.

53. На какой Олимпиаде лыжное двоеборье включили в олимпийскую программу?

а) VII ЗОИ (1956 г., Кортина д'Ампеццо, Италия);

б) IV ЗОИ (1936 г., Гармиш-Партенкирхен, Германия);

в) I ЗОИ (1924 г., Шамони, Франция).

54. Когда отечественные лыжники-двоеборцы впервые участвовали в Олимпийских играх?

а) VII ЗОИ, 1956 г. (Кортина д'Ампеццо, Италия);

б) IV ЗОИ, 1936 г. (Гармиш-Партенкирхен, Германия);

в) I ЗОИ, 1924 г. (Шамони, Франция).

55. Перечислите дисциплины для двоеборцев в программе XIX зимней Олимпиады (2002 г.) - первых Игр XXI столетия:

а) индивидуальные и командные соревнования в прыжках с трамплина К-90 и в лыжной гонке на 15 км;

б) прыжки с трамплина К-90 и лыжная гонка на 15 км; прыжки с трамплина К-120 и лыжная гонка на 7,5 км, прыжки с трамплина К-90 и лыжная эстафета 3х5 км.

в) прыжки с трамплина К-90 и лыжная гонка на 20 км, прыжки с трамплина К-120 и лыжная гонка на 15 км.

56. Назовите стиль передвижения двоеборцев в лыжной гонке:

а) классический; б) коньковый; в) свободный.

57. Назовите количество зачетных прыжков в классическом двоеборье (К-90 и 15 км):

а) три зачетных прыжка;

б) три прыжка, из которых первый прыжок пробный, два следующих - зачетные;

в) три прыжка, из которых первый и второй прыжки пробные, третий - зачетный.

58. Определите время старта двоеборца на дистанцию 15 км, если он проиграл победителю в соревнованиях по прыжкам 24 очка (начало соревнований в 12.00 ч, норма расчета 2002 г. - 1 мин = 12 очкам):

а) 12 ч 02 мин; б) 12 ч 24 мин; в) 12 ч 12 мин.

59. Кто стартует первым в лыжной гонке в соревнованиях двоеборцев?

а) победитель в прыжках;

б) согласно стартовому протоколу, полученному после жеребьевки;

в) участник, занявший последнее место в прыжках.

60. Назовите имя сильнейшего российского двоеборца – серебряного призера IX зимней Олимпиады (1964 г.):

а) Н. Киселев; б) Н. Алферов; в) Н. Гусаков.

61. Назовите время и место организации первой в нашей стране горнолыжной секции:

а) 1895 г., Екатеринбург; б) 1910 г., Петербург. в) 1923 г., Москва.

62. Когда состоялся первый чемпионат страны по горным лыжам?

а) в 1910 г.; б) в 1923 г.; в) в 1934 г.

63. Назовите имя первого чемпиона страны по горным лыжам (1934 г.):

а) В. Глассон; б) А. Жемчужников; в) А. Жиров.

64. Назовите имя первой чемпионки страны по горным лыжам (1939 г.):

а) Евгения Сидорова; б) Александра Басалова; в) Светлана Гладышева.

65. В каком году горные лыжи включили в программу ЗОИ?

а) в 1924 г. - I ЗОИ, Шамони, Франция;

б) в 1936 г. - IV ЗОИ, Гармиш-Партенкирхен, Германия;

в) в 1956 г. - VII ЗОИ, Кортина д'Ампеццо, Итали

66. Перечислите дисциплины горных лыж в программе XXI ЗОИ (2010 г., Ванкувер, США)

а) слалом, скоростной спуск, гигантский слалом, супергигантский слалом, комбинация (слалом и скоростной спуск);

б) слалом, скоростной спуск, гигантский слалом, комбинация (слалом и скоростной спуск);

в) слалом, скоростной спуск, гигантский слалом.

67. Когда состоялся олимпийский дебют отечественных горнолыжников?

а) на I ЗОИ (1924 г., Шамони, Франция);

б) на IV ЗОИ (1936 г., Гармиш-Партенкирхен, Германия);

в) на VII ЗОИ (1956 г., Кортина д'Ампеццо, Италия).

68. Назовите имя сильнейшей российской горнолыжницы - серебряного призера XVII зимней Олимпиады (1994 г.):

а) Александра Басалова; б) Евгения Сидорова; в) Светлана Гладышева.

69. Назовите имя российской горнолыжницы - бронзового призера VII ЗОИ (1956 г., Кортина д'Ампеццо, Италия):

а) Александра Басалова; б) Евгения Сидорова; в) Светлана Гладышева.

70. Перечислите показатели, по которым отличаются трассы в различных дисциплинах горных лыж:

а) длина трассы, перепад высот, количество ворот;

б) длина трассы, перепад высот, количество ворот, расстояние между воротами;

в) количество ворот и расстояние между ними.

71. Дайте характеристику биатлона:

а) лыжная гонка без оружия в сочетании со стрельбой по мишеням на огневых рубежах;

б) лыжная гонка свободным стилем с оружием в сочетании со стрельбой по мишеням на огневых рубежах;

в) лыжная гонка классическим и свободным стилями с оружием в сочетании со стрельбой по мишеням на огневых рубежах.

72. В каком году классический биатлон - 20 км и 4 огневых рубежа - включили в программу чемпионата страны?

а) в 1936 г.; б) в 1946 г.; в) в 1958 г.

73. Назовите имя первого чемпиона страны по классическому биатлону (20 км и 4 огневых рубежа):

а) Александр Губин; б) Александр Тихонов; в) Владимир Меланин.

74. Когда состоялся первый чемпионат страны по биатлону среди женщин?

а) в 1958 г.; б) в 1970 г.; в) в 1983 г.

75. Назовите имена первых чемпионок страны по биатлону в индивидуальных соревнованиях:

а) Анфиса Резцова; б)Елена Головина; в)Венера Чернышева и Кайя Парве.

76. В каком году провели первый чемпионат мира по биатлону?

а) в 1958 г.; б) в 1962 г.; в) в 1968 г.

77. Когда состоялись первые состязания биатлонистов в программе ЗОИ?

а) в 1952 г., на VI ЗОИ; б) в 1960 г., на VIII ЗОИ;

в) в 1968 г., на X ЗОИ.

78. Когда провели первый чемпионат мира по биатлону среди женщин?

а) в 1984 г.; б) в 1980 г.; в) в 1990 г.

79. Когда биатлонисток допустили к участию в ЗОИ?

а) в 1998 г., на XVIII ЗОИ; б) в 1994 г., на XVII ЗОИ;

в) в 1992 г., на XVI ЗОИ.

80. Раскройте программу соревнований по биатлону на VIII ЗОИ, 1960 г.:

а) 10 и 20 км;

б) 10 км, 20 км и эстафета 4х7,5 км;

в) 20 км.

81. Раскройте программу соревнований по биатлону среди женщин на XIX ЗОИ, 2002 г. - первых Играх XXI столетия:

а) 7,5 км, 10 км - гонка преследования, 15 км, эстафета 4х7,5 км;

б) 5 км, 10 км, 15 км, эстафета 4х5 км;

в) 10 км, 20 км, эстафета 3х10 км.

82. Раскройте программу соревнований по биатлону среди мужчин на XIX ЗОИ, 2002 г. - первых Играх XXI столетия:

а) 7,5 км, 10 км - гонка преследования, 15 км, эстафета 4х10 км;

б) 10 км, 12,5 км- гонка преследования, 20 км, эстафета 4х7,5 км;

в) 15 км, 20 км и эстафета 3х7,5 км.

83. Выделите положения, из которых ведется стрельба по мишеням в биатлоне:

а) лежа; б) стоя; в) лежа и стоя.

84. Сколько огневых рубежей на дистанциях 7,5 км у женщин, 10 км у мужчин и в эстафете (данные 2002 г.)?

а) два; б) три; в) четыре.

85. Укажите количество огневых рубежей на дистанциях 15 км у женщин, 20 км у мужчин (данные 2002 г.):

а) два; б) четыре; в) шесть.

86. Сколько выстрелов делает биатлонист на каждом огневом рубеже в индивидуальных соревнованиях?

а) 5; б)8; в) 10.

87. Назовите дисциплину биатлона, в которой на каждом рубеже дают пять основных и три дополнительных патрона для поражения 5-и мишеней:

а) гонка преследования;

б) на дистанциях 15 км у женщин и 20 км у мужчин;

в) эстафета.

88. Определите спортивный результат биатлонистки, которая прошла 15 км за 48 мин и допустила три промаха при стрельбе:

а) 49 мин 30 с; б) 51 мин; в) 54 мин.

89. Какое дополнительное расстояние пройдет биатлонист, если он допустил 4 промаха в эстафете?

а) 600 м; б) 400 м; в) 100 м.

90. Назовите количество чемпионатов мира по биатлону, проведенных в XX столетии:

а) 24; б)30; в) 36.

91. Сколько ЗОИ с участием биатлонистов было проведено в XX столетии?

а) 9; б) 11; в) 13.

92. Какое количество медалей разыграли биатлонисты на ЧМ и ЗОИ, проведенных в XX столетии?

а) около 600; б) около 300; в) около 900.

93. Назовите три сильнейшие национальные команды по биатлону XX столетия:

а) Россия, Австрия, Франция; б) Россия, Германия, Норвегия;

в) Россия, Финляндия, Италия.

94. Назовите имя первого отечественного чемпиона мира и ЗОИ по биатлону:

а) Владимир Меланин; б) Александр Тихонов; в) Александр Губин.

95. Назовите имя первой отечественной абсолютной чемпионки мира по биатлону:

а) Анфиса Резцова; б) Венера Чернышева; в) Кайя Парве.

96. Назовите имя первой отечественной олимпийской чемпионки по биатлону:

а) Анфиса Резцова; б) Елена Головина; в) Венера Чернышева.

97. Сколько чемпионов мира по биатлону в российской команде XX века?

а) 24; б)35; в) 47.

98. Сколько олимпийских чемпионов по биатлону в российской команде XX века?

а) 12; б) 18; в) 23.

99. Назовите имя отечественного биатлониста - 4-кратного олимпийского чемпиона и 11-кратного чемпиона мира:

а) Владимир Меланьин; б) Александр Тихонов; в) Александр Губин.

100. Укажите имя отечественной биатлонистки 10-кратной чемпионки мира:

а) Кайя Парве; б) Елена Головина; в) Венера Чернышева.

Правильные ответы на контрольно-тестовые вопросы

(порядковый номер вопросов и буквы правильных ответов)

1 - а	6 - в	11 - а	16 - б	21 – в
2 - в	7 - а	12 - а	17 - в	22 – в
3 - а	8 - в	13 - а	18 - б	23 - б
4 - в	9 - в	14 - б	19 - б	24 - а
5 - б	10 - в	15 - в	20 - б	25 - б
26 - в	31 - б	36 - а	41 - б	46 - в
27 - а	32 - в	37 -а	42 - а	47 - а
28 - б	33 - б	38 - в	43 - а	48 - в
29 - б	34 - в	39 - а	44 - б	49 - а
30 - а	35 - в	40 - в	45 - в	50 - б
51- б	56 - в	61 - в	66 - а	71 - б
52 - а	57 - б	62 - в	67 - в	72 - в
53 - в	58 - а	63 - а	68 - в	73 - а
54 - а	59 - а	64 - б	69 - б	74 - в
55 - б	60 - а	65 - б	70 - б	75 – в
76 - а	81 - а	86 - а	91 - б	96 - а
77 - а	82 - б	87 - в	92 - а	97 - в
78 - а	83 - в	88 - б	93 - б	98 - в
79 - в	84 - а	89 - а	94 - а	99 - б
80 - в	85 - б	90 - в	95 - б	100- б

7.2.3. Вопросы к зачету

Примерный перечень вопросов к зачету

Вопросы для зачета по лыжному спорту.

1.Место и значение лыжного спорта в системе физического воспитания.
2.Лыжный спорт и лыжная подготовка, и их характеристика.
3.Возникновение и первоначальное применение лыж.
4.История лыжного спорта (Зимние олимпийские игры).
5.Лыжи в России – национальное средство оздоровления населения.
6.Характеристика лыжных гонок.
7.Лыжное двоеборье.
8.Характеристика биатлона.
9.Фристайл.
10.Горные лыжи.
11.Сноуборд.
12.Лыжный инвентарь, подготовка и уход за ним.
13.Структура скользящего шага (Основные действия и элементы).

1. Силы, действующие на лыжника.

2. Классификация и терминология техники лыжного спорта.
3. Принципы деления лыжных ходов по характеру работы рук и количеству скользящих шагов.
4. Попеременный двухшажный ход. Техника и методика обучения.
5. Одновременный двухшажный ход. Техника и методика обучения.
6. Одновременный одношажный ход (основной вариант). Техника и методика обучения.
7. Одновременный одношажный ход (скоростной вариант). Техника и методика обучения.
8. Анализ техники спусков и методика обучения.
9. Поворот «плугом». Техника и методика обучения.
10. Поворот «упором». Техника и методика обучения.
11. Методика обучения торможения лыжами («упором», «плугом»).
12. Методика обучения технике преодоления подъемов (ступающим, скользящим шагом, «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой»).
13. Классификация соревнований по лыжному спорту. Формы зачета.
14. Состав главной судейской коллегии. Права и обязанности.
15. Состав судейских бригад на старте и на финише и их обязанности.
16. Порядок старта и проведения жеребьевки.
17. Медицинское обслуживание.
18. Документы для проведения соревнований.

Критерии оценки знаний студентов на зачете

«Зачтено» выставляется студенту, который прочно усвоил предусмотренный программный материал; правильно, аргументированно ответил на все вопросы, с приведением примеров; показал глубокие систематизированные знания, владеет приемами рассуждения и сопоставляет материал из разных источников.

«Не зачтено» выставляется студенту, который не справился с 50 % вопросов билета, в ответах на другие вопросы допустил существенные ошибки; не может ответить на дополнительные вопросы преподавателя.

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

Основная литература:

Основная литература:

1. Лыжный спорт: Учебник/ Т.И. Раменская, А.Г. Баталов - М.:- Флинта: Наука, 2004. - 320с. – 92 экз.

2. Лыжный спорт: Учебник/Т.И. Раменская, А.Г. Баталов - М.:- Физическая культура,2005. - 320с. – 50 экз.

Дополнительная литература:

1. Кобзева, Л. Ф. Лыжные гонки [Текст]: учебное пособие / Л.Ф. Кобзева, В.В. Ермаков, А.В. Гурский; ФГОУ ВПО "СГАФКСТ". - Смоленск: СГАФКСТ, 2012. - 108 с. – 8 экз.

3. Кобзева, Л. Ф. Техника классических лыжных ходов лыжниц - гонщиц [Текст]: учебное пособие / Л.Ф. Кобзева; ФГОУ ВПО "СГАФКСТ". - Смоленск: СГАФКСТ, 2013. - 59 с. – 13 экз.

4. Ермаков В.В. Современные технологии формирования структуры движений и развития специальных физических качеств лыжника - гонщика [Текст]: учеб.пособие / В.В. Ермаков, В.С. Шевцов. - Смоленск: СГАФКСТ, 2008. - 102 с.: ил. – 20экз,

5. Ермаков В.В. Современные средства и методы специальной подготовки лыжника - гонщика [Текст]: монография / В.В. Ермаков, А.В. Гурский, В.С. Шевцов; ФГБОУ ВПО "СГАФКСТ". - Смоленск: СГАФКСТ, 2012. - 146 с.: ил. – 5экз. – 5 экз.

6. Ермаков В.В. Техника лыжных гонок [Текст]: учеб.пособие / В.В. Ермаков, А. В. Пирог, В.С. Шевцов; ФГБОУ ВПО СГАФКСТ. - 2-е изд., перераб. и доп. - Смоленск, 2012. - 93 с. : ил. – 13экз.

7. Кобзева, Л. Ф. Лыжные гонки: учебное пособие/Л.Ф. Кобзева,В.В.Ермаков,А.В.Гурский.-Смоленск:СГАФКСТ,2012.-108 с. – 8 экз.

Дворецкий, В.А. Смазка лыж для коньковых и классических способов передвижения [Текст]: учебно - методическое пособие / В.А. Дворецкий. - Смоленск: СГИФК, 2002. - 46 с.: ил. – 12экз.

8. Дворецкий, В. А.Выбор и подготовка современных гоночных лыж: учебно-метод. пособие/В. А. Дворецкий.- Смоленск: СГИФК, 2002.-42 с. -14 экз.

9. Дворецкий, В. А. Психологическая подготовка лыжника-гонщика: учебное пособие для студентов высших учебных заведений/В.А. Дворецкий.-Смоленск:СГИФК,2000.-120с – 5 экз.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимой для освоения дисциплины

Интернет-ресурсы:

1. Раменская, Т.И. Лыжные гонки как олимпийский вид спорта и эффективное Аветисян, А. К. Олимпийский пьедестал России. Зимние виды спорта 1908–2010 гг. : справочник / А. К. Аветисян ; под общ. ред. В. Б. Сенглеева. – М. : Советский спорт, 2014. – 168 с. – ISBN 978-5-9718-0720-9. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/279261 (дата обращения: 27.08.2025).
2. Бомин, В. А. Методика обучения способам передвижения на лыжах : учебно-методическое пособие / В. А. Бомин, В. В. Шохирев, А. Ф. Коклимов. – Иркутск : Мегапринт, 2014. – 159 с. : ил. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/336929 (дата обращения: 27.08.2025).
3. Бородина, В. В. Лыжный спорт для спортсменов-любителей : учебно-методическое пособие / В. В. Бородина, В. М. Климов, В. П. Попелюх, Р. А. Рыбаченко. – Новосибирск : НГТУ, 2023. – 82 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/ (дата обращения: 27.08.2025).
4. Бусарин, А. Г. Влияние технологии подготовки гоночных лыж на эффективность тренировочного и соревновательного процессов квалифицированных лыжников-гонщиков : монография / А. Г. Бусарин, А. А. Черняев. – Набережные Челны : Поволжская ГАФКСиТ, 2013. – 221 с. : ил. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/242740 (дата обращения: 27.08.2025).
5. Бусарин, А. Г. Лыжная подготовка в нефизкультурном вузе : учебное пособие / А. Г. Бусарин. – Казань : Изд-во «Познание», 2007. – 220 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/239304 (дата обращения: 27.08.2025).
6. Загурский, Н. С. Контроль и тестирование физической и функциональной подготовленности в биатлоне : учебное пособие / Н. С. Загурский. – Омск : СибГУФК,

2023. – 112 с. – ISBN 978-5-91930-282-7. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/ (дата обращения: 27.08.2025).
7. Иванов, Б. М. Лыжная подготовка в общеобразовательных учреждениях : учебное пособие / Б. М. Иванов, Е. Н. Нестеров, А. М. Ахметов. – Набережные Челны : РИО НГПИ, 2011. – 137 с. : ил. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/241381 (дата обращения: 27.08.2025).
8. Иванова, М. О. Теория и методика обучения лыжному спорту (курс лекций) : учебно-методическое пособие / М. О. Иванова, Л. Н. Чурикова, В. И. Аралов. – Воронеж : ВГАС, 2024. – 78 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/462359 (дата обращения: 27.08.2025).
9. Кузнецов, В. К. Основы техники и обучение способам передвижения на лыжах : учебное пособие / В. К. Кузнецов, М. В. Артеменко. – Малаховка : МГАФК, 2010. – 154 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/291723 (дата обращения: 27.08.2025).
10. Листопад, И. В. Лыжный спорт : учебник : в 2 ч. Ч. 2 / И. В. Листопад. – Минск : РИВШ, 2025. – 311 с. – Режим доступа: https://elib.nlb.by/ (дата обращения: 27.08.2025).
11. Лыжные гонки. Этапы спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства : программа / П. В. Квашук, Н. Н. Кленин. – М. : Советский спорт, 2009. – 32 с. – (Примерные программы спортивной подготовки для специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства). – ISBN 978-5-9718-0420-8. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/293661 (дата обращения: 27.08.2025).
12. Михалёнок, Е. В. Лыжный спорт и методика преподавания. Курс лекций : учебник / Е. В. Михалёнок, И. Л. Александрович. – 4-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань, 2022. – 84 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/ (дата обращения: 27.08.2025).
13. Нестеров, Е. Н. Методика обучения технике передвижения в лыжных гонках : учебное пособие / Е. Н. Нестеров, А. Г. Бусарин, А. М. Ахметов, Б. М. Иванов. – Набережные Челны : КамГИФК, 2007. – 88 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/242666 (дата обращения: 27.08.2025).
14. Плохой, В. Н. Подготовка юных лыжников-гонщиков : научно-методическое пособие / В. Н. Плохой. – М. : Спорт : Человек, 2016. – 185 с. – (Библиотечка тренера). – ISBN 978-5-906839-05-3. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641249 (дата обращения: 27.08.2025).
15. Раменская, Т. И. Лыжные гонки как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения : учебное пособие / Т. И. Раменская. – М. : РГУФКСМиТ, 2011. – 161 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/202947 (дата обращения: 27.08.2025).
16. Реуцкая, Е. А. Лыжный спорт: теория и методика : учебное пособие / Е. А. Реуцкая, Я. С. Романова. – Омск : СибГУФК, 2020. – 198 с. – Режим доступа: https://www.iprbookshop.ru/109711.html (дата обращения: 27.08.2025).
17. Реуцкая, Е. А. Техническая подготовка юных лыжников-гонщиков на этапах многолетней подготовки : методические рекомендации / Е. А. Реуцкая, Т. В. Полторацкая. – Омск : ЮНЗ, 2020. – 160 с. – Режим доступа: https://www.iprbookshop.ru/109719.html (дата обращения: 27.08.2025).
18. Смирнов, И. Н. Методика преподавания лыжного спорта : учебное пособие. – Алматы : Эверо, 2024. – 128 с. – Режим доступа: https://elibrary.kz/ (дата обращения: 27.08.2025).
19. Современные аспекты спортивной тренировки лыжников и биатлонистов за рубежом : научно-методическое пособие / Ю. В. Корягина, В. А. Аикин ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : Изд-во СибГУФК, 2015. – 69 с. : ил. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/640987 (дата обращения: 27.08.2025).
20. Содержание учебно-тренировочных занятий лыжников-гонщиков в подготовительный период : методические рекомендации / сост. И. Л. Александрович, Т. А. Джуманиязов ; М-во образования Республики Беларусь, УО «Витебский государственный университет

имени П. М. Машерова». – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2023. – 16, [1] с. – Режим доступа: https://rep.vsu.by/handle/123456789/40779 (дата обращения: 27.08.2025).
21. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки» : утв. приказом Минспорта России от 14 марта 2013 г. № 111. – М. : Советский спорт, 2014. – 27 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/300511 (дата обращения: 27.08.2025).
22. Филипский, А. Ю. Лыжный спорт и методика преподавания : электронный учебно-методический комплекс / А. Ю. Филипский ; Полесский государственный университет. – Пинск : ПолесГУ, 2025. – 82 с. – Режим доступа: https://rep.polessu.by/handle/123456789/34843 (дата обращения: 27.08.2025).
23. Физическая культура и спорт в Российской Федерации в цифрах (2000–2012 годы) : сборник / П. А. Виноградов, Ю. В. Окуньков ; под ред. В. Л. Мутко. – М. : Советский спорт, 2013. – 186 с. – ISBN 978-5-9718-0682-0. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/280572 (дата обращения: 27.08.2025).

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Современный уровень спортивных достижений повышает требования к знаниям, умениям и профессионально-педагогическим навыкам студентов, которыми они овладевают в процессе учебных занятий: лекций, методических, практических, семинарских занятий и учебной практики, педагогической практики в общеобразовательной школе и практики в ДЮСШ.

Особое внимание уделяется повышению роли самостоятельной работы студентов, овладению ими навыков практического применения изучаемого материала.

При выполнении работ предусмотренных учебной программой самостоятельно студентам следует руководствоваться рекомендациями преподавателя, лекционным материалом, литературными источниками, знаниями и умениями полученными на методических и практических занятиях, использовать информационные технологии (Интернет). Результаты работы представлять и оформлять аккуратно в указанные преподавателем сроки. Особую значимость приобретает самостоятельное изучение тем и разделов программы студентами находящимся на индивидуальных графиках обучения. Изученные самостоятельно темы и выполненные работы студенты должны сдать преподавателю во внеурочное время и получить положительную оценку.

Наивысшей формой самостоятельно работы студентов является написание выпускной квалификационной работы, в которой проявляется умение работать с литературой, анализировать и систематизировать, обсуждать, замечать и выявлять новое в методике обучения и тренировки спортсменов различного пола и подготовленности.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для реализации рабочей образовательной программы по ИВС, кафедра располагает материально-технической базой обеспечивающей качественное проведения лабораторных, практических учебных занятий и научно-исследовательских работы. Материально-техническое обеспечение включает: тренажерные спортивные залы, учебные аудитории(105), лыжи и сопутствующие принадлежности, компьютер (для просмотра учебных фильмов), компьютер с выходом в Интернет.

1. Мультимедийное оборудование
2. Спортивное снаряжение:
   - Лыжи
   - Лыжные палки

- Лыжные ботинки

3. Библиотечный фонд литературы.

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

«СОГЛАСОВАНО»

по направлению подготовки 43.03.03
«Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ГИМНАСТИКИ

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«29» мая 2026 г.
протокол № 10
Заведующая кафедрой Н.А.Дарданова

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«29» 05 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ВИДЫ РЕКРЕАЦИОННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ: ФИТНЕС

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы)
«Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная
Курс – 4
Семестр – 7,8
Итоговая форма контроля: зачет

Рабочую программу разработала:
Антипенкова И.В., к.п.н., доцент

Смоленск, 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта 3
2. Результаты обучения по дисциплине 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 6
5. Содержание дисциплины 6
5.1. Количество часов по видам занятий 6
5.2.Содержание дисциплины по видам занятий 7
6. Самостоятельная работа студентов 11
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 13
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 13
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы 16
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 16
7.2.2 Тестовые задания 16
7.2.3. Вопросы к зачету 18
8. Перечень основной и дополнительной литературы 21
9.Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 21
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 22
11.Материально-техническое обеспечение дисциплины 22

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными ПриказамиМинобрнауки России №1456 от 26 ноября 2020 г., №83 от 08 февраля 2021 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность следующих компетенций:

- универсальные: УК-7;
- общепрофессиональные: ОПК-1, ОПК-2; ОПК-3;
- профессиональные: ПК-5.

Результаты обучения по дисциплине:	Соотнесенные профессиональные стандарты и код трудовой функции	Формируемые компетенции
Знать:		
Средства фитнеса для поддержания и развития ЗОЖ и физической активности	05.013 А/01.5	УК-7, ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ПК-5
Классификацию фитнес-технологий и их применение в фитнесе	05.013 В/01.6 05.013 В/03.6	УК-7, ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ПК-5
Виды тренажерных устройств и специализированного оборудования в фитнесе, их	05.013 В/02.6 05.013 В/03.6	УК-7, ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ПК-5

классификация и принципы работы		
Правила безопасного использования тренажерных устройств, специализированного оборудования и инвентаря	05.013 B/02.6 05.013 B/03.6	УК-7, ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ПК-5
Уметь:		
Разработка программ для самостоятельных занятий по фитнесу	05.013 B/01.6	УК-7, ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ПК-5
Разъяснять общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в фитнесе	05.013 B/03.6	УК-7, ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ПК-5
Использовать базовые упражнения типовых и специализированных фитнес-программ и их разновидности	05.013 B/02.6	УК-7, ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ПК-5
Владеть:		
Разработкой программ для самостоятельных занятий по фитнесу	05.013 B/01.6	УК-7, ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ПК-5
Подбором рекомендаций по выбору оптимальных нагрузок для населения с учетом физического состояния и развития, физической подготовленности населения, показаний и противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам	05.005 D/04.5	УК-7, ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ПК-5

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Фитнес» относится к обязательной части основной профессиональной образовательной программы (Б1.О.31.05). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе, по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля): зачет (8 семестр). Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: спортивно-оздоровительный туризм, технология организации походов выходного дня, первая доврачебная помощь в туризме, базовые виды физической культуры.

Цель дисциплины «Фитнес» – формирование профессионально-педагогических знаний, умений и навыков по физкультурно-оздоровительной деятельности, необходимых для самостоятельной работы в качестве инструктора-методиста.

Задачи учебной дисциплины «Фитнес» - сформировать у студентов осознанную и значимую мотивацию деятельности педагога физического воспитания, расширить диапазон компетенций, необходимых для предстоящей профессионально-педагогической и рекреационной деятельности.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр	
			7	**8**
Контактная работа преподавателей с обучающимися		14	6	4
Лекции		2	2	-
Семинары		8	4	4
Практические занятия		-	-	-
Промежуточная аттестация		зачет		4
Самостоятельная работа		58	30	28
Общая трудоемкость	**часы**	72	36	36
	ЗЕ	2		

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ				
		Лекции	Семи-нары	Практич	Лаборат. работы	Самост работа
1	2	3	4	5	6	7
Раздел 1. Общие основы фитнеса						
1.1. Сущность понятия «фитнес», определение других понятий в области фитнеса. История возникновения и развития фитнеса.	11	1	-	-	-	10
1.2. Задачи и основные принципы фитнес-тренировки.	11	-	1	-	-	10

Средства, методы фитнес-тренировки, используемые в оздоровительно-тренировочном процессе.						
1.3. Классификация фитнес-программ. Характеристика программ силовой направленности.	11	-	1	-	-	10
Раздел 2. Организационно-методические особенности оздоровительного фитнеса						
2.1. Силовой тренинг в условиях тренажерного зала.	13	1	2	-	-	10
2.2.Материально-техническое обеспечение занятий в условиях тренажерного зала. Профилактика травматизма на занятиях в условиях тренажерного зала.	11	-	2	-	-	10
2.3. Методика проведения занятий в тренажерном зале: планирование, структура и содержание.	11	-	2	-	-	8
Зачет	4	-	-	-	-	-
Итого	**72**	**2**	**8**	**-**	**-**	**58**
		10				

5.2.Содержание дисциплины по видам занятий

Раздел 1. Общие основы фитнеса

<u>Лекция 1:</u> «Сущность понятия «фитнес», определение других понятий в области фитнеса. История возникновения и развития фитнеса» - 1 час.

Понятие фитнес, терминологические основы фитнес-технологий. История возникновения и развития фитнеса. Цель и задачи фитнеса. Характеристика видов и направлений фитнеса. Характеристика современных

фитнес - программ. Направленность воздействия фитнеса на организм занимающихся.

Литература:

1. Пармузина, Ю.В. Основы фитнес-аэробики [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Е.П. Горбанева, Ю.В. Пармузина. – Волгоград: ВГАФК, 2011. – 149 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/230552

2. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш, Н.В. Третьякова. – М.: Спорт, 2016. – 281 с. : ил. – ISBN 978-5-906839-23-7. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641323

3. Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура : учебник для ст-тов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Минск, 2003 – С. 7-14.

Изучение темы направлено на формирование компетенций: УК-7; ОПК-1,2,3; ПК-5

Семинарское занятие №1 «Задачи и основные принципы фитнес-тренировки. Средства, методы фитнес-тренировки, используемые в оздоровительно-тренировочном процессе» - 1 час.

Определение понятия «оздоровительная тренировка». Общие, частные задачи оздоровительной тренировки и способы их решения. Принципы оздоровительной тренировки. Общий и специальный эффекты оздоровительной тренировки. Основные средства и методы оздоровительной тренировки. Типы упражнений. Методы оздоровительной тренировки. Дозирование нагрузки. Тип нагрузки. Величина нагрузки: пороговая, оптимальная, сверхнагрузка. Интенсивность нагрузки: анаэробный режим, аэробно-анаэробный, аэробный, восстановительный. Объем нагрузки, продолжительность занятий. Интервалы отдыха.

Литература:

1. Пармузина, Ю.В. Основы фитнес-аэробики [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Е.П. Горбанева, Ю.В. Пармузина. – Волгоград: ВГАФК, 2011. – 149 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/230552

2. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш, Н.В. Третьякова. – М.: Спорт, 2016. – 281 с. : ил. – ISBN 978-5-906839-23-7. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641323

3. Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура : учебник для ст-тов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Минск, 2003 – С. 7-14.

Изучение темы направлено на формирование компетенций: УК-7, ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ПК-5.

Семинарское занятие №2 «Классификация фитнес-программ. Характеристика программ силовой направленности» - 1 час.

Вопросы для обсуждения:

1. Классификация групповых фитнес-программ (аэробные, аэробно-силовые и ментальные).
2. Классификация программ, применяемых в условиях тренажерного зала.
3. Ментальный фитнес в групповых программах.

Литература:

1. Пармузина, Ю.В. Основы фитнес-аэробики [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Е.П. Горбанева, Ю.В. Пармузина. – Волгоград: ВГАФК, 2011. – 149 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/230552

2. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш, Н.В. Третьякова. – М.: Спорт, 2016. – 281 с. : ил. – ISBN 978-5-906839-23-7. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641323

3. Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура : учебник для ст-тов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Минск, 2003 – С. 7-14.

Изучение темы направлено на формирование компетенций: УК-7, ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ПК-5.

Раздел 2. Организационно-методические особенности оздоровительного фитнеса

Лекция 4: «Силовой тренинг в условиях тренажерного зала» - 1 час.

Понятие силы и силовых способностей. Режимы мышечной активности. Факторы, влияющие на проявление силовых способностей. Средства и методы развития силовых способностей. Структура и содержание занятия силовой направленности в условиях тренажерного зала. Особенности подготовительной и заключительной частей занятия в условиях тренажерного зала.

Семинарское занятие №3 «Силовой тренинг в условиях тренажерного зала» - 2 часа

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие силы и силовых способностей.
2. Факторы, влияющие на развитие силовых способностей.
3. Оздоровительный эффект от занятий силовым тренингом.
4. Характеристика подготовительной и заключительной частей занятия силовым тренингом.
5. Основные методы развития силы и силовых способностей.

Литература:

1. Дарданова Н.А. Силовой тренинг: фитнес-программы: учеб.-метод. пособие / Н.А. Дарданова, Д.А. Сулимова, Ю.А. Ильюхина. – Смоленск: СГАФКСТ, 2013. – 122 с.

2. Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения [Электронный ресурс]: учебник для вузов / Л. С. Дворкин. Москва: Издательство Юрайт, 2026. – 144 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-19754-9. – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/586472

3. Кафка, Б. Функциональная тренировка. Спорт, фитнес = FunctionalFitness: einfach, effektiv, zeitsparend [Электронный ресурс]: просто, эффективно, быстро: новое направление фитнеса для начинающих, продвинутых и профессионалов / О. Йеневайн, Б. Кафка.— М.: Спорт, 2016.— 177 с.: ил. — Пер. с нем. — ISBN 978-5-906839-14-5.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641362

4. Ким Н.К. Фитнес: учебник / Н.К. Ким, М.Б. Дьяконов. – М.: Советский спорт, 2006. – 454 с.

5. Просветова, О.В. Силовой тренинг в групповых программах по фитнесу [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / О.А. Зеликова, Г.О. Краснова, О.В. Просветова.— Волгоград: ВГАФК, 2010.— 86 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/229036

6. Семенов В.Г. Культуризм: тренировка силы и красоты / В.Г. Семенов, В.Н. Костюченков, З.В. Костив. – Смоленск, 1993. – 166 с.

Изучение темы направлено на формирование компетенций: УК-7, ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ПК-5.

Семинарское занятие №3 «Материально-техническое обеспечение занятий в условиях тренажерного зала. Профилактика травматизма на занятиях в условиях тренажерного зала» - 2 час.

Описание материально-технической оснащенности фитнес-залов для занятий силовым тренингом. Использование тренажеров в оздоровительных целях. Особенности работы на кардио- и силовых тренажерах. Размещение и уборка инвентаря. Правила эксплуатации залов для фитнеса. Требования, предъявляемые к оборудованию и инвентарю в тренажерном зале. Понятие о спортивной травме. Классификация травм по степени тяжести, локализации. Характеристика наиболее часто встречающихся травм и патологических состояний, возникающих в процессе занятий фитнесом (ушиб, разрыв и растяжение связок, вывих, боли в спине, головные боли, обморочные состояния; боли в мышцах и суставах, печеночно-болевой синдром). Профилактика травм и патологических состояний. Основные причины травматизма на занятиях фитнесом. Предупреждение травматизма. Техника безопасности при проведении занятий в тренажерном зале.

Литература:

1. Дарданова Н.А. Силовой тренинг: фитнес-программы: учеб.-метод. пособие / Н.А. Дарданова, Д.А. Сулимова, Ю.А. Ильюхина. – Смоленск: СГАФКСТ, 2013. – 122 с.

2. Кафка, Б. Функциональная тренировка. Спорт, фитнес = FunctionalFitness: einfach, effektiv, zeitsparend [Электронный ресурс]: просто, эффективно, быстро: новое направление фитнеса для начинающих, продвинутых и профессионалов / О. Йеневайн, Б. Кафка.— М.: Спорт, 2016.— 177 с.: ил. — Пер. с нем. — ISBN 978-5-906839-14-5.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641362

3. Ким Н.К. Фитнес: учебник / Н.К. Ким, М.Б. Дьяконов. – М.: Советский спорт, 2006. – 454 с.

4. Просветова, О.В. Силовой тренинг в групповых программах по фитнесу [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / О.А. Зеликова, Г.О. Краснова, О.В. Просветова.— Волгоград: ВГАФК, 2010.— 86 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/229036

5. Семенов В.Г. Культуризм: тренировка силы и красоты / В.Г. Семенов, В.Н. Костюченков, З.В. Костив. – Смоленск, 1993. – 166 с.

Изучение темы направлено на формирование компетенций: УК-7, ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ПК-5.

Семинарское занятие №6 «Методика проведения занятий в тренажерном зале: планирование, структура и содержание» - 2 часа

Вопросы для обсуждения:

1. Методика проведения занятий в тренажерном зале.
2. Сплит-тренировка.
3. Круговая тренировка в тренажерном зале.
4. Интервальная тренировка в тренажерном зале.
5. Планирование физкультурно-оздоровительных занятий в тренажерном зале.

Литература:

1. Дарданова Н.А. Силовой тренинг: фитнес-программы: учеб.-метод. пособие / Н.А. Дарданова, Д.А. Сулимова, Ю.А. Ильюхина. – Смоленск: СГАФКСТ, 2013. – 122 с.

2. Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения [Электронный ресурс]: учебник для вузов / Л. С. Дворкин. Москва: Издательство Юрайт, 2026. – 144 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-19754-9. – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/586472

3. Кафка, Б. Функциональная тренировка. Спорт, фитнес = FunctionalFitness: einfach, effektiv, zeitsparend [Электронный ресурс]: просто, эффективно, быстро: новое направление фитнеса для начинающих, продвинутых и профессионалов / О. Йеневайн, Б. Кафка.— М.: Спорт, 2016.— 177 с.: ил. — Пер. с нем. — ISBN 978-5-906839-14-5.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641362

4. Ким Н.К. Фитнес: учебник / Н.К. Ким, М.Б. Дьяконов. – М.: Советский спорт, 2006. – 454 с.

5. Просветова, О.В. Силовой тренинг в групповых программах по фитнесу [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / О.А. Зеликова, Г.О. Краснова, О.В. Просветова.— Волгоград: ВГАФК, 2010.— 86 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/229036

6. Семенов В.Г. Культуризм: тренировка силы и красоты / В.Г. Семенов, В.Н. Костюченков, З.В. Костив. – Смоленск, 1993. – 166 с.

Изучение темы направлено на формирование компетенций: УК-7, ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ПК-5.

6. Самостоятельная работа студентов

При изучении раздела студент самостоятельно готовится по следующим темам и выполняет творческие самостоятельные задания:

Содержание самостоятельной работы	Кол-во часов	Виды и формы контроля
Темы докладов: - История возникновения и развития фитнеса; - Основные понятия оздоровительной тренировки; - Классификация программ фитнеса и их краткая характеристика; - Материально-техническое оснащение оздоровительных занятий фитнесом разной направленности; - Профилактика травматизма на занятиях в тренажерном зале; - Силовой тренинг в тренажерном зале; - Планирование физкультурно-оздоровительного процесса в условиях тренажерного зала.	58	Доклад с презентацией Устный опрос
Подготовка к зачету по вопросам	4	зачет
Итог:	62	

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Основная литература:

1. Дарданова Н.А. Силовой тренинг: фитнес-программы: учеб.-метод. пособие / Н.А. Дарданова, Д.А. Сулимова, Ю.А. Ильюхина. – Смоленск: СГАФКСТ, 2013. – 122 с.

2. Козлов, А.В. Силовой фитнес: элективный курс по физической культуре: [Электронный ресурс] учебно-методическое пособие / А. В. Козлов, А. А. Бударников, Е. А. Спиридонов, А. Л. Волобуев; под науч. ред. Н. В. Анненкова, А. В. Козлова. – Москва: Дело, 2024. – 172 с.: табл., ил. –

Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=718777

3. Кондакова, В.Л. Физкультурно-оздоровительные технологии [Электронный ресурс]: учебник для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. – Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/588340

Дополнительная литература:

1. Ким Н.К. Фитнес: учебник / Н.К. Ким, М.Б. Дьяконов. – М.: Советский спорт, 2006. – 454 с.

2. Крючек Е.С. Аэробика: содержание и методика оздоровительных занятий / Е.С. Крючек. – М.: Терра Спорт, 2001. – 61 с.

3. Семенов В.Г. Культуризм: тренировка силы и красоты / В.Г. Семенов, В.Н. Костюченков, З.В. Костив. – Смоленск, 1993. – 166 с.

4. Савин, С.В. Педагогическое проектирование занятий фитнесом с лицами зрелого возраста [Электронный ресурс] / О.Н. Степанова, С.В. Савин.— М.: УЦ «Перспектива», 2015.— 251 с. — ISBN 978-5-98594-550-8.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/304388

5. Медведева, Е.Н. Фитнес-аэробика в системе физического воспитания студентов [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / Ю.В. Стрелецкая, О.В. Муштукова, Е.Н. Медведева.— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2008.— 49 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/243502

6. Кафка, Б. Функциональная тренировка. Спорт, фитнес = FunctionalFitness: einfach, effektiv, zeitsparend [Электронный ресурс]: просто, эффективно, быстро: новое направление фитнеса для начинающих, продвинутых и профессионалов / О. Йеневайн, Б. Кафка.— М.: Спорт, 2016.— 177 с.: ил. — Пер. с нем. — ISBN 978-5-906839-14-5.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641362

7. Пармузина, Ю.В. Основы фитнес-аэробики [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Е.П. Горбанева, Ю.В. Пармузина.— Волгоград: ВГАФК, 2011.— 149 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/230552

Просветова, О.В. Силовой тренинг в групповых программах по фитнесу [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / О.А. Зеликова, Г.О. Краснова, О.В. Просветова.— Волгоград: ВГАФК, 2010.— 86 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/229036

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	**05.005 (ИМД)** **F/04.5** Разработка и внедрение программ физического воспитания и физического развития населения **05.013 (СФУ)** **A/01.5** Вовлечение населения в занятия фитнесом **05.013 (СФУ)** **B/01.6** Разработка индивидуальных программ занятий фитнесом **05.013 (СФУ)** **B/02.6** Сопровождение внедрения индивидуальных программ по фитнесу **05.013 (СФУ)** **B/03.6** Консультирование населения при реализации индивидуальных программ по фитнесу	*Знает:* значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; основы организации здорового образа жизни. *Умеет:* планировать отдельные занятия занятий по ОФК; определять и учитывать величину нагрузки на занятиях. *Имеет опыт:* проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима.
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теорий физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	**05.005 (ИМД)** **F/04.5** Разработка и внедрение программ физического воспитания и физического развития населения **05.013 (СФУ)** **A/01.5** Вовлечение населения в занятия фитнесом **05.013 (СФУ)** **B/01.6** Разработка индивидуальных программ занятий фитнесом **05.013 (СФУ)** **B/02.6** Сопровождение внедрения индивидуальных программ по фитнесу **05.013 (СФУ)** **B/03.6** Консультирование населения при реализации индивидуальных программ по фитнесу	*Знает:* целевые результаты и параметры применяемых нагрузок. *Умеет:* определять задачи, подбирать средства и методы, величину тренировочной нагрузки для решения задач учебно-тренировочного процесса. *Имеет опыт:* планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.

ОПК-2 Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	**05.005 (ИМД)** **F/04.5** Разработка и внедрение программ физического воспитания и физического развития населения **05.013 (СФУ)** **A/01.5** Вовлечение населения в занятия фитнесом **05.013 (СФУ)** **B/01.6** Разработка индивидуальных программ занятий фитнесом **05.013 (СФУ)** **B/02.6** Сопровождение внедрения индивидуальных программ по фитнесу **05.013 (СФУ)** **B/03.6** Консультирование населения при реализации индивидуальных программ по фитнесу	*Знает:* способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. *Умеет:* нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; формировать основы физкультурных знаний. *Имеет опыт:* проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся.
ОПК-3 Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной и рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью	**05.005 (ИМД)** **F/04.5** Разработка и внедрение программ физического воспитания и физического развития населения **05.013 (СФУ)** **A/01.5** Вовлечение населения в занятия фитнесом **05.013 (СФУ)** **B/01.6** Разработка индивидуальных программ занятий фитнесом **05.013 (СФУ)** **B/02.6** Сопровождение внедрения индивидуальных программ по фитнесу **05.013 (СФУ)** **B/03.6** Консультирование населения при реализации индивидуальных программ по фитнесу	*Знает:* способы обучения технике оздоровительных физических упражнений. *Умеет:* нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; формировать основы физкультурных знаний. *Имеет опыт:* разрабатывать и проводить физкультурно-оздоровительные занятия с использованием современных фитнес-технологий.

ПК-5 Способен подчинять личностные интересы общественным и корпоративным интересам, удовлетворять потребности занимающихся, с целью успешной реализации рекреационно-оздоровительного, спортивного, туристского и фитнес продукта	**05.005 (ИМД)** **F/04.5** Разработка и внедрение программ физического воспитания и физического развития населения **05.013 (СФУ)** **A/01.5** Вовлечение населения в занятия фитнесом **05.013 (СФУ)** **B/01.6** Разработка индивидуальных программ занятий фитнесом **05.013 (СФУ)** **B/02.6** Сопровождение внедрения индивидуальных программ по фитнесу **05.013 (СФУ)** **B/03.6** Консультирование населения при реализации индивидуальных программ по фитнесу	*Знает:* способы формирования осознанной потребности в систематических физкультурно-оздоровительных занятиях. *Умеет:* нормировать и регулировать нагрузки на фитнес занятиях с целью успешной реализации фитнес-продукта. *Имеет опыт:* проводить физкультурно-оздоровительную работу с различным контингентом населения с целью повышения их работоспособности по средствам фитнес-продукта.

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль знаний студентов осуществляется в форме: устного опроса, доклада с презентацией, составление УТ конспектов, проведение практических занятий, контроль техники и результатов пройденных видов.

Итоговый контроль: зачет.

7.2.2 Тестовые задания

Форма тестовых заданий – вопрос, к нему три ответа, один из которых правильный. Тестовые задания содержат всего 10 вопросов.

Нормы оценки ответов на тестовые задания – по 1 баллу за правильный ответ на 1 вопрос.

Критерии оценки:

10-9 баллов – отлично

8-7 баллов – хорошо

6 баллов – удовлетворительно

меньше 6 баллов – неудовлетворительно

1. Кто впервые ввел термин аэробика?

а) К. Купер;

б) Д. Фонда;

в) Дж.Миллер.

2. Какая из задач не относится к оздоровительной тренировке?

а) профилактика заболеваний и улучшение общего физического состояния;

б) повышение спортивного мастерства;

в) улучшение физических кондиций.

3. Сколько раз в неделю рекомендовано заниматься физкультурно-оздоровительными занятиями?

а) 5 раз;

б) 2-3 раза;

в) 1 раз.

4. Что такое силовая аэробика?

а) комплексы упражнений силовой направленности;

б) эффективная форма физического развития, подготовленности и оздоровления;

в) вид оздоровительной аэробики, направленный на проработку всех основных мышечных групп с использованием дополнительного оборудования и без.

5. Какой вес отягощения не рекомендуется на занятиях силовой аэробикой:

а) до 5 кг;

б) до 10 кг;

в) свыше 25 кг.

6. Методы, не применяемые на занятиях силовым фитнесом:

а) немногократное повторение упражнений с малым весом;

б) работа до отказа;

в) однократные повторения с максимальным отягощение.

7. Что не используют в содержание подготовительной части силового тренинга?

а) комплексы ОРУ, суставная гимнастика;

б) кардиотренажеры;

в) шаги классической и степ- аэробики, элементы функционального тренинга.

8. Метод тренировки при котором чередуются упражнения аэробной и силовой направленности?

а) интервальный;

б) круговой;

в) сплит.

9. С какой целью применяются неустойчивые поверхности на занятиях функциональным тренингом?

а) развитие равновесия;

б) укрепление мышц-стабилизаторов;

в) для разнообразия.

10. На какую мышечную группу рекомендовано обращать внимания на всех групповых занятиях с женщинами?

а) мышцы бедра и ягодиц;

б) мышцы спины и груди;

в) мышцы «кора».

7.2.3. Вопросы к зачету

1. Исторические этапы возникновения и развития фитнеса.
2. Характеристика видов и направлений фитнеса.
3. Характеристика аэробных фитнес - программ.
4. Характеристика силовых фитнес - программ.
5. Характеристика танцевальных фитнес – программ
6. Характеристика фитнес – программ с использованием восточной оздоровительной гимнастики и единоборств.
7. Содержание фитнес – программ для детей, беременных женщин и людей пожилого возраста.
8. Оздоровительное влияния фитнеса на организм занимающихся.
9. Основные понятия «оздоровительной тренировки».
10. Принципы оздоровительной тренировки.
11. Основные и дополнительные средства оздоровительной тренировки.
12. Основные методы оздоровительной тренировки.
13. Нагрузка и ее дозирование на занятиях оздоровительной направленности.
14. Режимы энергообеспечения физкультурно-оздоровительных занятий и их характеристика.
15. Отличительные особенности групповых и персональных программ фитнеса.
16. Характеристика программ аэробной направленности.
17. Оздоровительный эффект от занятий аэробной направленности.
18. Характеристика силовых фитнес - программ.

19. Классификация групповых программ силовой направленности.

20. Средства, применяемые на групповых занятиях силовой направленности.

21. Оборудование, применяемое на групповых занятиях силовой направленности.

22. Понятие силы и силовых способностей.

23. Факторы, влияющие на развитие силовых способностей.

24. Оздоровительный эффект от занятий силовым тренингом.

25. Характеристика подготовительной и заключительной частей занятия силовым тренингом.

26. Основные методы развития силы и силовых способностей.

27. Описание материально-технической оснащенности фитнес-залов для занятий силовым тренингом.

28. Использование тренажеров в оздоровительных целях.

29. Особенности работы на кардио- и силовых тренажерах.

30. Размещение и уборка инвентаря.

31. Правила эксплуатации залов для фитнеса.

32. Требования, предъявляемые к оборудованию и инвентарю в тренажерном зале.

33. Классификация травм по степени тяжести, локализации.

34. Профилактика травм и патологических состояний.

35. Основные причины травматизма на занятиях фитнесом.

36. Сплит-тренировка.

37. Круговая тренировка в тренажерном зале.

38. Интервальная тренировка в тренажерном зале.

Критерии оценки: «отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением студента подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Студент должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные емкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь студента должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе студента как отсутствие

самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Студент испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, не достаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«неудовлетворительно» - студент не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

В качестве критерия измерения компетентности бакалавров следует применять различные уровни их оценки*:*

• ***Пороговый*** – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• ***Стандартный*** – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• ***Эталонный*** – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература:

1. Дарданова Н.А. Силовой тренинг: фитнес-программы: учеб.-метод. пособие / Н.А. Дарданова, Д.А. Сулимова, Ю.А. Ильюхина. – Смоленск: СГАФКСТ, 2013. – 122 с.

2. Козлов, А.В. Силовой фитнес: элективный курс по физической культуре: [Электронный ресурс] учебно-методическое пособие / А. В. Козлов, А. А. Бударников, Е. А. Спиридонов, А. Л. Волобуев; под науч. ред. Н. В. Анненкова, А. В. Козлова. – Москва: Дело, 2024. – 172 с.: табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=718777

3. Кондакова, В.Л. Физкультурно-оздоровительные технологии [Электронный ресурс]: учебник для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. – Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/588340

Дополнительная литература:

1. Белова, Ю.В. Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности[Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Ю.В. Белова, О.И. Ткачева, Е.Ю. Смирнов .— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2022 .— 156 с. — ISBN 978-5-6047612-3-6 .— URL: https://lib.rucont.ru/efd/807702

2. Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения [Электронный ресурс]: учебник для вузов / Л. С. Дворкин. Москва: Издательство Юрайт, 2026. – 144 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-19754-9. – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/586472

3. Кафка, Б. Функциональная тренировка. Спорт, фитнес = FunctionalFitness: einfach, effektiv, zeitsparend [Электронный ресурс]: просто, эффективно, быстро: новое направление фитнеса для начинающих, продвинутых и профессионалов / О. Йеневайн, Б. Кафка.— М.: Спорт, 2016.— 177 с.: ил. — Пер. с нем. — ISBN 978-5-906839-14-5.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/641362

4. Ким Н.К. Фитнес: учебник / Н.К. Ким, М.Б. Дьяконов. – М.: Советский спорт, 2006. – 454 с.

5. Крючек Е.С. Аэробика: содержание и методика оздоровительных занятий / Е.С. Крючек. – М.: Терра Спорт, 2001. – 61 с.

6. Медведева, Е.Н. Фитнес-аэробика в системе физического воспитания студентов [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / Ю.В.

Стрелецкая, О.В. Муштукова, Е.Н. Медведева.— Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2008.— 49 c. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/243502

7. Пармузина, Ю.В. Основы фитнес-аэробики [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Е.П. Горбанева, Ю.В. Пармузина.— Волгоград: ВГАФК, 2011.— 149 c. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/230552

8. Просветова, О.В. Силовой тренинг в групповых программах по фитнесу [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / О.А. Зеликова, Г.О. Краснова, О.В. Просветова.— Волгоград: ВГАФК, 2010.— 86 c. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/229036

9. Савин, С.В. Педагогическое проектирование занятий фитнесом с лицами зрелого возраста [Электронный ресурс] / О.Н. Степанова, С.В. Савин.— М.: УЦ «Перспектива», 2015.— 251 c. — ISBN 978-5-98594-550-8.— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/304388

10. Семенов В.Г. Культуризм: тренировка силы и красоты / В.Г. Семенов, В.Н. Костюченков, З.В. Костив. – Смоленск, 1993. – 166 с.

9.Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. Электронно-библиотечная система «Руконт» [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://lib.rucont.ru/

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

При подготовке к зачету особое внимание следует обратить на следующие моменты:

1. Разработку и грамотное оформление конспекта предлагаемого занятия: цель и задачи, оборудование, структура занятия, профессиональная терминология, методические указания.

2. Технику показа упражнений, пояснения.

3. Соответствие содержания занятия целям и задачам.

4. При подготовке рекомендуется использование Интернет-ресурсов, видео- и аудио-техники.

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Аудитория № 215 (методический кабинет) – помещение для групповых занятий, индивидуальных и групповых консультаций; текущего контроля и промежуточной	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 16; для преподавателя – 1. Интерактивная системаVTRON IDB 4650 LCD 52'.

	аттестации	Персональный компьютер.
2.	Аудитория № 219 – помещение для групповых занятий, индивидуальных и групповых консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектована специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 18; для преподавателя – 1. Программно-аппаратный комплекс ТИП 4.
3.	Хореографический зал № 201 – помещение для практических групповых занятий, индивидуальных и групповых консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектован специализированным оборудованием и инвентарем. Количество тренировочных мест: для студентов – 16; для преподавателя – 1.
64.	Тренажерный зал № 206 – помещение для практических групповых занятий, индивидуальных и групповых консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектован специализированным тренажерным оборудованием. Количество тренировочных мест: для студентов – 20; для преподавателя – 1.

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1.	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2.	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3.	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4.	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5.	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6.	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7.	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8.	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft	16.08.2016	Системное ПО, операционная система

	Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level		
9.	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано:

Ответственный за ОПОП
по направлению подготовки 49.03.03«Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
направленность (профиль) «Спортивно-оздоровительный туризм»
к.п.н., доцент _____ Васильева З.В.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ВОДНЫХ ВИДОВ СПОРТА

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«23» июня 20 26 г.
протокол № 11
Заведующая кафедрой Тарасевич Г.А.

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе и молодежной политике
А.В. Мазурина
«23» июня 20 26 г.

Рабочая программа по дисциплине
ДИСЦИПЛИНА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ (ПЛАВАНИЕ)

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Направленность (профиль программы): спортивно-оздоровительный туризм

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения: заочная

Курс 3
Семестр 5
Итоговая форма контроля – зачет (5 семестр)

Рабочую программу разработала:
Петрова В.В.

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1 Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта ..... **Ошибка! Закладка не определена.**
2. Результаты обучения по дисциплине 6
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 10
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 10
5. Содержание дисциплины 11
5.1. Количество часов по видам занятий 11
5.2 Содержание дисциплины по видам занятий 11
5.2.1 Содержание лекционных занятий 11
5.2.2. Содержание практических занятий ..... **Ошибка! Закладка не определена.**
6. Самостоятельная работа студентов 13
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 14
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 14
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы 16
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 16
7.2.2. Тестовые задания к дисциплине 18
7.2.3. Вопросы к зачету 22
7.3. Методические рекомендации по обучению лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов 22
8. Перечень основной и дополнительной литературы 24
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 25
9.1. Электронные библиотечные системы 25
9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 25
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 26
11. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины 32

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

УК-7 – Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

Планирование

ОПК-1 – Способен планировать содержание занятий с учётом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей, занимающихся различного пола и возраста;

Обучение и развитие

ОПК-2 - Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приёмов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

ОПК-3 – Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины «ДИСЦИПЛИНА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ (ПЛАВАНИЕ)» направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать		
Роль и значение занятий физической культурой, формы организации занятий, основные методики развития физических качеств, основную направленность и содержание оздоровительных систем физического воспитания и спортивной подготовки для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; Особенности эффективного выполнения двигательных действий, воспитание физических качеств, для занятий плаванием;		УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; условия для проведения занятий по обучению плаванию на акватории (время и место проведения, материально-техническое оснащение места проведения, особенности контингента (численность, половозрастной состав, подготовленность, физическое состояние))	ПС 01.001 «Педагог» А/01.6 «Общепедагогическая функция» ПС 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учётом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей, занимающихся различного пола и возраста
методики проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; основы техники двигательных	ПС 01.001 «Педагог» А/01.6 «Общепедагогическая функция» ПС 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в	ОПК-2 Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
действий в воде.	области физической культуры и спорта»	рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приёмов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке
методики обучения и контроля техники плавания; методики обучения плавания.	ПС 01.001 «Педагог» А/01.6 «Общепедагогическая функция» ПС 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	ОПК-3 Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью
Уметь		
Выполнять общеразвивающие и специальные упражнения, контролировать и регулировать величину физической нагрузки самостоятельных занятий физическими упражнениями для поддержания должного уровня физической подготовленности; Использовать личный опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей		УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию с учетом возрастных особенностей занимающихся; разъяснять вопросы безопасного поведения на акватории, правила пользования водными объектами при обучении плаванию, типичные		ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учётом положений теории физической культуры, физиологической

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
опасные ситуации на воде и порядок действий для их избегания		характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей, занимающихся различного пола и возраста
использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по плаванию в зависимости от поставленных задач;	ПС 01.001 «Педагог» А/01.6 «Общепедагогическая функция» ПС 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	ОПК-2 Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приёмов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке
- оценивать качество выполнения упражнений в плавании и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в плавании подбирать приемы и средства для их устранения; - формировать основы физкультурных знаний; владеть методами и формами обучения	ПС 01.001 «Педагог» А/01.6 «Общепедагогическая функция»	ОПК-3 Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью
Иметь опыт		
Владеет: навыками использования физических упражнений с целью поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
		и профессиональной деятельности
проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме вне учебного времени образовательной организации. планирование занятий.	ПС 01.001 «Педагог» А/01.6 «Общепедагогическая функция»	ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учётом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей, занимающихся различного пола и возраста
проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; проведение занятий; способен демонстрировать способы рациональной техники двигательных действий для формирования двигательных умений и навыков плавания	ПС 01.001 «Педагог» А/01.6 «Общепедагогическая функция» ПС 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	ОПК-2 Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приёмов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке
владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных упражнений;	ПС 01.001 «Педагог» А/01.6 «Общепедагогическая функция»	ОПК-3 Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «ДИСЦИПЛИНА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ (ПЛАВАНИЕ)» относится к обязательной части Блока дисциплин: **Б1.О.32**

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в 3 семестре по очной форме обучения. Итоговая форма контроля – зачет.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента, полученные на уроках физической культуры.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры
			5
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**72**	66
Лекции			
Семинары		**4**	4
Практические занятия			
Лабораторные работы			
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)		4	4
Самостоятельная работа		**0**	64
Общая трудоемкость	**часы**	**72**	72
	ЗЕ	**2**	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ				
		Лекции	Семинары	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа
1	2	3	4	5	6	7
Организационные основы занятий плаванием	4			4		
Основы начального обучения плаванию. Подготовительные упражнения по освоению с водой, обучение дыханию.	16			16*		
Основы техники спортивных способов плавания	20			20*		
Совершенствование в избранном способе плавания	20			20*		
Прикладное плавание	8			8*		
Зачет	4			4		
Итого	72	72				

** Занятия в интерактивной форме:*

5.2 Содержание дисциплины по видам занятий

5.2.1 Содержание занятий

Занятие №1. Организационные основы занятий плаванием

Вопросы:

1. Организация занятий и правила безопасности. Показания и противопоказания плавания. Оборудование и инвентарь. Урок плавания. Организация учебных занятий. Правила внутреннего распорядка бассейна. Общие требования к технике безопасности. Правила техники безопасности и санитарно-гигиенические требования.

2. Плавание как вид физических упражнений и спорта (Оздоровительное значение плавания. Прикладное значение плавания. Спортивное значение плавания. Физические основы плавания).

Основные используемые средства: интерактивная панель, презентация

Литература: 2, 4.

Изучение темы направлено на приобретение: **знаний**: комплексы общеразвивающих и специальных упражнении, техникой безопасности при проведении занятий в воде и на суше и формирование универсальных (УК-7) общепрофессиональных (ОПК-2, ОПК-3) компетенций.

.

«Организационные основы занятий плаванием»

Решаемые задачи:

1. Ознакомление студентов с организацией учебных занятий, правилами внутреннего распорядка бассейна, правилами техники безопасности и санитарно-гигиеническими требованиями.
2. Ознакомление с уровнем плавательной подготовленности студентов.

Формируемые практические умения: соблюдение техники безопасности при проведении занятий по плаванию, поддержание дисциплины в учебной группе.

Основные используемые средства: плавательный бассейн; снаряжение и оборудование для начального обучения плаванию.

Практические нормативы или критерии оценивания техники изучаемых двигательных действий: на данном занятии оценивание практических нормативов не предусмотрено.

Учебная практика проводиться в форме учебно-практического занятия.

Литература: *1, 2, 3 ,4.*

Изучение темы направлено на приобретение: **знаний:** комплексы общеразвивающих и специальных упражнении, техникой безопасности при проведении занятий в воде и на суше; **умений**; применять средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни, пользоваться спортивным инвентарем, **опыта практической работы:** соблюдения техники безопасности и поддержания дисциплины во время занятий и формирование универсальных, навыками использования физических упражнений с целью поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7) и общепрофессиональных (ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3) компетенций.

6. Самостоятельная работа студентов

В данной дисциплине самостоятельная работа студентов не предусмотрена.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-7 – Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.		**Знает:** роль и значение занятий физической культурой, формы организации занятий, основные методики развития физических качеств, основную направленность и содержание оздоровительных систем физического воспитания и спортивной подготовки для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; особенности эффективного выполнения двигательных действий, воспитание физических качеств, для занятий плаванием; **Умеет:** выполнять общеразвивающие и специальные упражнения, контролировать и регулировать величину физической нагрузки самостоятельных занятий физическими упражнениями для поддержания должного уровня физической подготовленности; использовать личный опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей; **Имеет опыт:** использования физических упражнений с целью поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
ОПК-1 – Способен планировать содержание занятий с учётом положений теории физической культуры, физиологической характеристики	ПС 01.001 «Педагог» А/01.6 «Общепедагогическая функция» ПС 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	**Знает:** организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; условия для проведения занятий по обучению плаванию на

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста.	С/02.4	акватории (время и место проведения, материально-техническое оснащение места проведения, особенности контингента (численность, половозрастной состав, подготовленность, физическое состояние) **Умеет:** применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию с учетом возрастных особенностей занимающихся; разъяснять вопросы безопасного поведения на акватории, правила пользования водными объектами при обучении плаванию, типичные опасные ситуации на воде и порядок действий для их избегания **Имеет опыт:** проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме вне учебного времени образовательной организации. планирование занятий.
ОПК-2 – Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приёмов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.	ПС 01.001 «Педагог» А/01.6 «Общепедагогическая функция» ПС 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» С/02.4	**Знает:** методики проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; основы техники двигательных действий в воде. **Умеет:** использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по плаванию в зависимости от поставленных задач; **Имеет опыт:** проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; проведение занятий. способен демонстрировать способы рациональной техники двигательных действий для формирования двигательных умений и навыков плавания
ОПК-3 – Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-	ПС 01.001 «Педагог» А/01.6 «Общепедагогическая функция» ПС 05.005 «Специалист по инструкторской и	**Знает:** методики обучения и контроля техники плавания; методики обучения плавания. **Умеет:** оценивать качество выполнения упражнений в плавании и определять ошибки в технике; -

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью.	методической работе в области физической культуры и спорта» С/02.4	определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в плавании подбирать приемы и средства для их устранения; - формировать основы физкультурных знаний; владеть методами и формами обучения. **Имеет опыт:** владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных упражнений;

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущая аттестация проводится в виде:
а) устного опроса (групповой и индивидуальный);
б) выполнения контрольных нормативов;
в) собеседования.
г) тест.

Итоговая аттестация – зачет в конце первого семестра.

Рекомендации по оцениванию результатов достижения компетенций

Показатели	Критерии оценивания	Средства оценивания
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.		
Пороговый уровень (удовл.)	*Знает* – значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; особенности эффективного выполнения двигательных действий, воспитание физических качеств, для занятий плаванием;	Опрос устный, собеседование (индивидуальное, групповое)
Стандартный уровень (хорошо)	*Умеет* – выполнять общеразвивающие и специальные упражнения, контролировать и регулировать величину физической нагрузки самостоятельных занятий физическими	Практическая работа, решение ситуационных задач в ходе деловой игры

Показатели	Критерии оценивания	Средства оценивания
	упражнениями для поддержания должного уровня физической подготовленности; использовать личный опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей	
Эталонный уровень (отлично)	*Имеет опыт* – использования физических упражнений с целью поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Практическая работа, практические контрольные задания, контрольные нормативы
ОПК-1 – Способен планировать содержание занятий с учётом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей, занимающихся различного пола и возраста.		
Пороговый уровень (удовл.)	*Знает* - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;	Опрос устный, собеседование (индивидуальное, групповое), тест
Стандартный уровень (хорошо)	*Умеет* - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию с учетом возрастных особенностей занимающихся;	Практическая работа, решение ситуационных задач в ходе деловой игры
Эталонный уровень (отлично)	*Имеет опыт* - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме вне учебного времени образовательной организации. планирование занятий.	Практическая работа, практические контрольные задания
ОПК-2 – Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приёмов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.		
Пороговый уровень (удовл.)	*Знает* - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр;	Опрос устный, собеседование (индивидуальное, групповое), тест
Стандартный уровень (хорошо)	*Умеет* - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по плаванию в зависимости от поставленных задач;	Практическая работа, решение ситуационных задач в ходе деловой игры
Эталонный уровень (отлично)	*Имеет опыт* - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; проведение	Практическая работа, практические контрольные

Показатели	Критерии оценивания	Средства оценивания
	занятий.	задания
ОПК-3 – Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью.		
Пороговый уровень (удовл.)	*Знает* - методики обучения и контроля техники плавания;	Опрос устный, собеседование (индивидуальное, групповое), тест
Стандартный уровень (хорошо)	*Умеет* - оценивать качество выполнения упражнений в плавании и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в плавании подбирать приемы и средства для их устранения; - формировать основы физкультурных знаний; владеть методами и формами обучения	Практическая работа, решение ситуационных задач в ходе деловой игры
Эталонный уровень (отлично)	*Имеет опыт* - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных упражнений;	Практическая работа, практические контрольные задания

7.2.2. Тестовые задания к дисциплине

Рекомендации к проведению теста

Тестовые задания по дисциплине «Дисциплина по физической культуре и спорту (плавание)» рекомендуется проводить не менее 1 раза в семестр.

В процессе тестового контроля рекомендуется исключить элементы обсуждения и контакты студентов между собой и с другими источниками информации, если только это не входит в форму обучения.

Тестовые задания для зачета

Инструкция: Вам предстоит ответить на ряд вопросов, к каждому из которых предложено несколько вариантов ответов. В бланке ответов поставьте условный знак напротив номер правильного, по вашему мнению, ответа. (В каждом вопросе правильный ответ один).

1. Какое физическое свойство воды в большей мере влияет на плавучесть?

1. плотность
2. теплопроводность
3. текучесть
4. теплоемкость

2. При какой температуре замерзает пресная вода?

1. при 4°С
2. при -5°С
3. при -10°С
4. при 0°С

3. Как изменяется плотность человека при дыхании?

1. при вдохе плотность увеличивается, при выдохе уменьшается
2. при вдохе плотность уменьшается, при выдохе увеличивается
3. при вдохе плотность не изменяется, при выдохе уменьшается
4. при вдохе и выдохе плотность не изменяется

4. Почему в морской воде человеку легче держаться на поверхности, у него выше плавучесть?

1. потому что морская вода теплее речной
2. потому что морская вода менее плотная
3. потому что плотность морской воды выше пресной из-за наличия в ней растворенных солей
4. потому что в морской воде легче дышать

5. Чему равняется плотность пресной воды?

1. примерно 500 кг/м3
2. примерно 700 кг/м3
3. примерно 2000 кг/м3
4. примерно 1000 кг/м3

6. Какая фаза работы ног называется опорной (основной) при плавании кролем на груди?

1. при движении ноги вниз
2. при движении ноги вверх
3. при движении ноги вверх и вниз
4. при движении ноги вверх и вниз, включая паузу

7. Какая фаза работы ног называется опорной (рабочей) при плавании кролем на спине?

1. при движении ноги вниз
2. при движении ноги вверх
3. при движении ноги вверх и вниз

4. при движении ноги вверх и вниз, включая паузу

9. Каково условие соотношения плотности тела и воды при определении плавучести тела?

1. если плотность тела больше плотности воды, оно тонет
2. если плотность тела меньше плотности воды, то оно тонет
3. если плотность тела больше плотности воды, то оно плавает

плотность не влияет на плавучесть

10. Что означает статическое плавание?

1. отсутствие движения
2. двигательные действия руками и ногами
3. напряжение тела во время движений
4. напряжение мышц рук и ног во время гребков

11.Что означает динамическое плавание?

1. плавание с помощью разнообразных двигательных действий
2. неподвижное плавание
3. плавание в команде «Динамо»
4. фигуры в плавании

12.К какой группе видов спорта относится плавание?

1. циклические
2. ациклические
3. смешанные
4. повторно-интервальные

13.Что такое темп?

1. количество движений на дистанции
2. количество двигательных циклов, выполненных за единицу времени
3. количество вдохов-выдохов
4. длительность двигательного цикла

14.Что означает «фаза движения»?

1. то же, что и ритм
2. то же, что и темп, тождественное понятие
3. часть движения, имеющая свои конкретные особенности
4. целое движение

15.Чем следует руководствоваться при нормировании продолжительности занятий по плаванию в воде?

1. температурой воздуха
2. температурой воды
3. температурой воды и воздуха
4. собственными ощущениями тепла и холода

16. Какие системы организма развиваются при плавании в первую очередь?

1. дыхательная и сердечно-сосудистая
2. мышечная и нервная
3. выделительная и мышечная
4. дыхательная и мышечная.

17. В каком возрасте можно заниматься плаванием?

1. в любом, без всяких ограничений
2. в любом, при условии отсутствия противопоказаний к занятиям
3. в дошкольном и младшем школьном возрасте
4. в школьном возрасте

18. Что означает принцип прикладной направленности?

1. прикладывать теоретические знания на практике
2. практическое использование умений и навыков в жизни
3. заниматься спортом
4. теоретические исследования

Ключ ответов

№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ
1	1	10	4
2	4	11	1
3	2	12	4
4	3	13	3
5	4	14	2
6	1	15	3
7	2	16	1
8	1	17	2
9	2	18	2

Критерий оценки ответов на вопросы:

- 90 — 100% правильных ответов — оценка «Отлично»
- 70 — 80% правильных ответов — оценка «Хорошо»

- 50 — 60% правильных ответов — оценка «Удовлетворительно»
- менее 50% правильных ответов — оценка «Неудовлетворительно»

7.2.3. Вопросы к зачету

1. Виды спорта, в которые входит плавание. Характеристика, дистанции.
2. Оздоровительное значение плавания.
3. Прикладное значение плавания.
4. Спортивное значение плавания.
5. Физические основы плавания.
6. Рекреационное значение плавания.
7. Общие требования к технике плавания.
8. Общие требования к организации праздников на воде.
9. Кроль на груди.
10. Кроль на спине.
11. Брасс.
12. Баттерфляй.
13. Техника прикладного плавания.
14. Преодоление водных преград.
15. Понятие о технике плавания. Основные факторы, определяющие технику и угол атаки, траектория гребкового движения «шаг» пловца, темп, ритм, плоскости и оси пловца.
16. Техника плавания на боку и брассом на спине.
17. Средства обучения в плавании.

7.3. Методические рекомендации по обучению лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Освоение дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах. Предполагаются специальные условия для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья.

Профессорско-педагогический состав знакомится с психолого-физиологическими особенностями обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, индивидуальными программами реабилитации инвалидов (при наличии). При необходимости осуществляется

дополнительная поддержка преподавания тьюторами, психологами, социальными работниками, прошедшими подготовку ассистентами.

В соответствии с методическими рекомендациями Минобрнауки РФ (утв. 8 апреля 2014 г. N АК-44/05вн) в курсе предполагается использовать социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе. Подбор и разработка учебных материалов производятся с учетом предоставления материала в различных формах: аудиальной, визуальной, с использованием специальных технических средств и информационных систем.

Медиаматериалы также следует использовать и адаптировать с учетом индивидуальных особенностей обучения лиц с ОВЗ.

Освоение дисциплины лицами с ОВЗ осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения (персонального и коллективного использования). Материально-техническое обеспечение предусматривает приспособление аудиторий к нуждам лиц с ОВЗ.

Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей. Для студентов с ОВЗ предусматривается доступная форма предоставления заданий оценочных средств, а именно:

- в печатной или электронной форме (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата);
- в печатной форме или электронной форме с увеличенным шрифтом и контрастностью (для лиц с нарушениями слуха, речи, зрения);
- методом чтения ассистентом задания вслух (для лиц с нарушениями зрения).

Студентам с инвалидностью увеличивается время на подготовку ответов на контрольные вопросы. Для таких студентов предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания, а именно:

- письменно на бумаге или набором ответов на компьютере (для лиц с нарушениями слуха, речи);
- выбором ответа из возможных вариантов с использованием услуг ассистента (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата);
- устно (для лиц с нарушениями зрения, опорно-двигательного аппарата).

При необходимости для обучающихся с инвалидностью процедура оценивания результатов обучения может проводиться в несколько этапов.

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература:

1. Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание : учеб. пособие / А.С. Казызаева, О.Б. Галеева, Е.С. Жукова, М.Д. Бакшеев; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта .— Омск : Изд-во СибГУФК, 2016 .— 121 с. : ил. — Авт. указаны на обороте тит. л. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/640995 (дата обращения: 03.11.2025)
2. Плавание : учебник для вузов / В. З. Афанасьев [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 344 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07939-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/455433 (дата обращения: 03.11.2025).

Дополнительная литература:

3. Дрокова, В. А. Теория и методика обучения плаванию [Электронный ресурс]: курс лекций / В. А. Дрокова.— Хабаровск : ДВГАФК, 2014 .— 189 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/284521 (дата обращения: 03.11.2025)
4. Обучение технике спортивных способов плавания [Электронный ресурс] / В.Д. Бурлыков, В.С. Якимович, С.Н. Прошкин.— Элиста : Калмыцкий государственный университет, 2011 .— 24 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/299383 (дата обращения: 03.11.2025)
5. Теория и методика избранного вида спорта: водные виды спорта : учебник для вузов / Н. Ж. Булгакова [и др.] ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 304 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11277-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/455432 (дата обращения: 03.11.2025).

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

9.1. Электронные библиотечные системы

1. Научная электронная библиотека Elibrary [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: http://elibrary.ru
2. Электронно-библиотечная система «Национальный-цифровой ресурс РУКОНТ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/search
3. Электронная библиотека Юрайт [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://biblio-online.ru/

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Министерство спорта РФ [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru
2. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации[Электронный ресурс]: [официальный сайт].-Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru
3. Министерство просвещения Российской ФедерацииМинистерство науки и высшего образования Российской Федерации[Электронный ресурс]: [официальный сайт].-Режим доступа:https://edu.gov.ru/
4. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки[Электронный ресурс]: [официальный сайт].-Режим доступа: http://obrnadzor.gov.ru/ru/
5. Антидопинговое агентство "Русада" [Электронный ресурс]: [официальный сайт]. – Режим доступа: http://rusada.ru
6. Всемирное антидопинговое агентство [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.wada-ama.org

Научно-поисковые системы

1. Google Академия [Электронный ресурс]: [поисковый ресурс]. –Режим доступа: https://scholar.google.ru/

Энциклопедии, справочники, словари

1. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации [Электронный ресурс]. – Режим доступа http://docs.cntd.ru/

Библиотеки

1. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.rsl.ru

2. Library.ru - информационно-справочный портал [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.library.ru
3. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.gnpbu.ru
4. Президентская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.prlib.ru
5. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://nlr.ru

Федерации, ассоциации и союзы

1. Всероссийская федерация плавания [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.russwimming.ru
2. Международный олимпийский комитет [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.olympic.org
3. Общероссийская спортивная федерация спорта глухих [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://osfsg.ru
4. Олимпийский комитет России [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://olympic.ru
5. Паралимпийский комитет России [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://paralymp.ru
6. Федерация гребного спорта России [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://rowingrussia.ru
7. Федерация современного пятиборья [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://www.pentathlon-russia.ru

Периодические издания

1. Вестник спортивной науки [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.vniifk.ru/journal_vsn.php
2. Теория и практика физической культуры [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.teoriya.ru/ru
3. Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://lesgaft-notes.spb.ru/ru
4. Физкультура и спорт (журнал) [Электронный ресурс]:[официальный сайт].- Режим доступа: http://www.fismag.ru

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

При изучении материалов РПУД особое внимание следует обратить на объем дисциплины и виды учебной работы п.4 содержание учебного материала в п.5.

Подробного изучения требует п. 7 – оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.

Основные требования к письменной реферативной работе (доклад, реферат, сообщение)

Письменная реферативная работа выполняется студентами самостоятельно, во время, отведенное для самостоятельной работы по дисциплине предусмотренное рабочей программой. Студент выбирает тему работы из предложенного списка, причем темы в одной учебной группе не должны дублироваться. Допускается возможность подготовки работы по теме, не включенной в тематику, но особо заинтересовавшей студента. В этом случае студент согласовывает предполагаемую тему с преподавателем.

После выбора темы автору работы необходимо составить ее развернутый план, предусматривающий выделение узловых проблем. Далее необходимо перейти к отбору и изучению научной литературы, данных статистики и осмыслению фактов общественной жизни. Подобранную литературу необходимо читать с карандашом в руках, обдумывать прочитанное, а затем выделять наиболее сложные, и значимые места. Целесообразно делать выписки, содержащие новейшие данные статистики, наиболее свежие и интересные факты.

После изучения литературы и осмысления узловых проблем темы необходимо приступить к изложению материала письменной работы.

Структура письменной реферативной работы:

- титульный лист;
- план или содержание работы;
- введение;
- основная часть;
- заключение;
- список использованной литературы.

Оптимальный объем работы:

- доклад – 3-4 стр. (письменный план работы не указывается, но предполагается);
- реферат – 25-30 стр.

Работа должна быть написана научным языком. Текст может быть набран на компьютере на одной стороне листа. Шрифт Times New Roman. Цвет шрифта должен быть чёрным, высота букв, цифр и других знаков – не менее 1,8 мм (кегль не менее 12), полуторный интервал. Размеры полей: верхнее и нижнее поля – 1,5-2 см., левое поле –3 см., правое 1,5-2 см. Нумерация страниц производится последовательно, начиная со 2-го листа,

т.е. после титульного листа. Каждый новый раздел должен начинаться с новой страницы. Цитаты должны быть взяты в кавычки. В ссылке на цитируемый источник необходимо указать: фамилию, инициалы автора, название цитируемой работы, место и год издания, страницу. Письменная работа должна быть сброшюрована. Желательно приложить к тексту электронный вариант работы.

Заголовки разделов и подразделов следует печатать на отдельной строке с прописной буквы и следует располагать в середине строки без точки в конце, не подчеркивая. Выравнивание по центру или по левому краю. Отбивка: перед заголовком – 12 пунктов, после – 6 пунктов.

Титульный лист: в верхней части титульного листа пишется, в какой организации выполняется работа, далее буквами увеличенного кегля указывается тип («Реферат») и тема работы, ниже в правой половине листа – информация, кто выполнил и, кто проверяет работу. В центре нижней части титульного листа пишется город и год выполнения.

Титульный лист и листы, на которых располагают заголовки структурных частей студенческих работ «РЕФЕРАТ», «СОДЕРЖАНИЕ», «ВВЕДЕНИЕ», «ЗАКЛЮЧЕНИЕ», «СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ», «ПРИЛОЖЕНИЯ» не нумеруют, но включают в общую нумерацию работы.

Библиографические ссылки в тексте реферата оформляются в виде номера источника в квадратных скобках.

Оформление библиографического списка: в рефератах использованные источники следует располагать в порядке появления ссылок в тексте работы или алфавитном порядке фамилий первых авторов (заглавий).

Сведений об источниках, включаемых в список, необходимо давать в соответствии с требованиями ГОСТ 7.0.100-2018 с обязательным приведением названий работ.

Требования к составлению презентации

Презентация − это форма представления информации с помощью разнообразных технических средств: набор слайдов и спецэффектов (слайд-шоу), текстовое содержимое презентации, заметки докладчика, а также раздаточный материал для аудитории, хранящиеся в одном файле. Назначение презентации – представить аудитории себя, свои идеи, проблемы, творческий продукт. После знакомства с презентацией аудитория должна получить представление о Вас, вашем продукте, о возможности использования его в своей практике.

Наиболее простым и распространенным вариантом презентации является презентация в формате PowerPoint.

Общие требования к презентации:

Презентация не должна быть меньше 10 слайдов.

Первый слайд – это титульный лист, на котором обязательно должны быть представлены:

1. В верхнем крае листа необходимо указать департамент образования, название учебного заведения.
2. Посередине листа должно располагаться название презентации.
3. Несколько ниже названия – ФИО обучающегося, курс, группа.
4. В нижней части листа указать город.
5. В самом низу листа необходимо указать дату написания реферата (доклада).

Следующим слайдом должно быть содержание, где представлены основные этапы (моменты) урока-презентации. Желательно, чтобы из содержания по гиперссылке можно перейти на необходимую страницу и вернуться вновь на содержание.

Последними слайдами урока-презентации должны быть глоссарий и список литературы.

Практические рекомендации по созданию презентаций

Основными задачами при составлении презентации являются:лаконичность, ясность, уместность, сдержанность, наглядность(подчеркивание ключевых моментов), запоминаемость (разумноеиспользование ярких эффектов).

Рекомендации по оформлению презентации:

- слайды желательно не перегружать текстом, лучше разместить короткие тезисы.
- наиболее важный материал лучше выделить.
- не следует излишне увлекаться мультимедийными эффектами анимации.
- режим просмотра презентации лучше установить «по щелчку мыши».
- необходимо соблюдать единый стиль оформления презентации.
- пронумеровать слайды.
- слайды презентации должны содержать только ключевые моменты по выбранной теме.

Общее количество слайдов не должно превышать 10-12.

Первый слайд (титульный), на фоне которого обучающийся предоставляет тему работы, фамилию, имя автора и преподавателя.

Второй слайд содержит цели и задачи работы.

Третий слайд содержит структуру работы.

На следующих слайдах предоставляется содержание и теоретическая значимость работы, применение данных на практике.

На последнем слайде − главные выводы, итоги.

При оценке презентации учитывается:

- соблюдение рекомендаций по оформлению презентации.
- полнота раскрываемой темы.
- соответствие материала выбранной теме.

Создание презентации состоит из трех этапов:

I. Планирование презентации – это многошаговая процедура, включающая определение целей, изучение аудитории, формирование структуры и логики подачи материала. Планирование презентации включает в себя:

1. Определение целей.
2. Сбор информации об аудитории.
3. Определение основной идеи презентации.
4. Подбор дополнительной информации.
5. Планирование выступления.
6. Создание структуры презентации.
7. Проверка логики подачи материала.
8. Подготовка заключения.

II. Разработка презентации – методологические особенности подготовки слайдов презентации, включая вертикальную и горизонтальную логику, содержание и соотношение текстовой и графической информации.

III. Репетиция презентации – это проверка и отладка созданной презентации. Требования к оформлению презентаций.

Порядок усвоения теоретических разделов дисциплины

1. Ознакомиться с требованиями рабочей программы дисциплины и методическими указаниями по конкретному разделу.

2. Изучить учебный материал определенного раздела по рекомендуемой литературе и составить конспект.

3. Дать ответы на вопросы для самостоятельной подготовки (в письменной или устной форме).

Рекомендации по работе с литературой

В разделе 8 настоящего учебно-методического комплекса представлена литература, необходимая для освоения дисциплины, в разделе 9 дан перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины. Не целесообразно использовать только Интернет ресурсы для подготовки вопросов, зачастую отдельные сведения требуют уточнения.

При работе с литературой и подготовке к занятию студентам рекомендуется составлять для себя краткий план ответа или конспект по изучаемому вопросу и выписывать наиболее трудные для запоминания термины и понятия.

Разъяснения по поводу работы с тестовой системой

Одной из форм текущего контроля знаний является тестирование. Тестовая система содержит основные определения, вопросы и теоретические положения из изучаемых тем соответствующих разделов. Вопросы тестирования предполагают оценку знаний и умений студентов в рамках преподаваемой дисциплины. Вопросы охватывают весь материал курса и используются в том числе и для студентов, по каким-либо причинам, не получившим оценку за семинарское занятие или как способ оценки всех знаний, полученных по итогам изучения курса (как правило, используется во время коллоквиумов).

Для успешной сдачи тестов студентам предлагается внимательно изучить методические рекомендации по конкретным темам дисциплины. Особое внимание следует обратить на знание основных понятий, правил, требований, законов и т.п.

При работе с тестами необходимо внимательно прочитать вопрос, вдуматься и проанализировать возможные варианты своих ответов, затем прочитать предлагаемые ответы и выбрать среди них правильный.

Рекомендации по подготовке к зачету

Условия допуска к зачету преподаватель обязан сообщить о них студентам на первом занятии.

Для успешной подготовки к зачету студенту необходимо иметь перечень зачетных вопросов, конспекты занятий.

При подготовке к зачету, целесообразно воспользоваться вопросами к зачету и ответить на них в письменной или устной форме.

При поиске ответов на вопросы целесообразно воспользоваться рекомендуемыми источниками специальной литературы. Возникшие затруднения при ответе на вопросы можно уточнить на консультации у преподавателя.

Теоретической основой данного курса является учебный материал дисциплины: «Теория и организация адаптивной физической культурой», «Физиология человека», «Физические основы двигательной деятельности».

11. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины

Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины должно включать:

- учебные аудитории для проведения лекционных занятий
- плавательный бассейн 50 м с соответствующим инвентарем;
- учебный плавательный бассейн с соответствующим инвентарем;
- тренажерный зал ОФП для проведения практических занятий.
- тренировочный зал СФП для проведения практических занятий.
- раздевалки, душевые;
- медицинский пункт;
- оборудование и спортивный инвентарь*;
- спортивная экипировка;
- компьютер стационарный;
- учебные видеоматериалы.
- учебные пособия в печатном виде и на электронных носителях.
- учебно-методическая литература для самостоятельной подготовки.
- мультимедийный комплекс с лицензионным программным оборудованием.

Оборудование и спортивный инвентарь

- весы медицинские
- доска для плавания
- доска информационная
- колокольчик судейский
- лопатки для плавания
- мяч ватерпольный
- поплавки-вставки для ног
- пояс с пластиной для увеличения нагрузки воды
- свисток
- секундомер

- скамейка гимнастическая
- термометр для воды

11. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий, объектов физической культуры и спорта с перечнем основного оборудования	Адрес (местоположение) учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий, объектов физической культуры и спорта	Собственность или оперативное управление, хозяйственное ведение, аренда, безвозмездное пользование, практическая подготовка	Полное наименование собственника (арендодателя) объекта недвижимого имущества	Документ - основание возникновения права (реквизиты и сроки действия)
1.	Плавательный бассейн Укомплектован специализированной мебелью и тренажерами для занятий спортивным плаванием: 1. Передвижной роллер для разделительных дорожек, шир. 1,8 м; 2. Дорожка разделительная для бассейна 50 м; 3. Стойка из нерж. Стали с указателем поворота; 4. Стойка из нерж. Стали с указателем фальстарта 5. Шнур с поплавками с указателем фальстарта; 6. Шнур с флажками поворота; 7. Анкер горизонтальный диам. 45; 8. Доска для плавания Aqquik Boards Standart$ 9. Лопатки большие, Россия; 10. Лопатки простые, Россия; 11. Лопатки малые, Россия; 12. Калабашки 22х14 см, Россия; 13. Пояс тормозной, Россия; 14. Счётчик заплыва; 15. Секундомер для бассейна четырёхстрелочный 900х900х130; 16. Шест для обучения плавании. 2 м, пластиковый; 17. Вышка судейская; 18. Тренажёр силового лидирования («протяжка») мобильный для закрвтых бассейнов; 19. Помост стартовый для установки на торцевом борту ванны и увеличения его высотына 30 см над уровнем воды. Длина 21 см, высота 30 см ширина 80 см; 20. Стартовая тумбочка с упором и с датчиком фальстарта (400мм),SO4; 21. Графическое табло 144х288хIMPOSA PKUS AMBER 13.3, размер табло: 3840х1920мм, разрешение:144х228, шаг 13,3 мм цвет: янтарный 22. Лестница для выхода из бассейна	Российская Федерация, 214018, Смоленская область, г. Смоленск, проспект Гагарина, д.23, бассейн (8346,7 м^2)	оперативное управление	Российская Федерация	Выписка из Единого государственного реестра недвижимости об основных характеристиках и зарегистрированных правах на объект недвижимости от 16.08.2024 Срок действия: бессрочно
2.	Учебная аудитория № 235 для проведения лекций, практических занятий, консультаций, принятия зачетов и экзаменов, оснащенная	Российская Федерация, 214018, Смоленская	оперативное управление	Российская Федерация	Выписка из Единого государственного реестра

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий, объектов физической культуры и спорта с перечнем основного оборудования	Адрес (местоположение) учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий, объектов физической культуры и спорта	Собственность или оперативное управление, хозяйственное ведение, аренда, безвозмездное пользование, практическая подготовка	Полное наименование собственника (арендодателя) объекта недвижимого имущества	Документ - основание возникновения права (реквизиты и сроки действия)
	оборудованием и техническими средствами обучения. Перечень основного оборудования: мультимедийный комплекс, учебная мебель, компьютер. Тренажер сердечно-легочной реанимации.	область, г. Смоленск, проспект Гагарина, д.23, Здание бассейна, 2 этаж (25/35,7 м^2)			недвижимости об основных характеристиках и зарегистрированных правах на объект недвижимости от 16.08.2024 (УСК №2) Срок действия: бессрочно
	Помещение для самостоятельной работы Аудитория 39 (читальный зал) 80 посадочных мест, 8 комплектов компьютерной техники с выходом в Интернет.	Российская Федерация 214018, Смоленская область, г. Смоленск, проспект Гагарина, д.21, 1 этаж (инв.41/149,0 м^2) УСК №1	оперативное управление	Российская Федерация	Выписка из Единого государственного реестра недвижимости об основных характеристиках и зарегистрированных правах на объект недвижимости от 17.01.2025 (УСК №1) Срок действия: бессрочно
	Помещение для самостоятельной работы Аудитория 47 (справочно-библиографический отдел библиотеки) 10 посадочных мест, 2 комплекта компьютерной техники с выходом в Интернет.	Российская Федерация, 214018, Смоленская область, г. Смоленск, проспект Гагарина, д.21, 1 этаж (инв.27/79,7 м^2) УСК №1	оперативное управление	Российская Федерация	Выписка из Единого государственного реестра недвижимости об основных характеристиках и зарегистрированных правах на объект недвижимости от 17.01.2025 (УСК №1) Срок действия: бессрочно

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

СОГЛАСОВАНО

Ответственные за ОПОП
по направлению подготовки
49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
профилю «Спортивно-оздоровительный туризм»
к.п.н., доцент _____ З.В. Васильева

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра МЕНЕДЖМЕНТА И ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНЫХ ДИСЦИПЛИН

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«13» мая 2026 г.
протокол № 9
Заведующая кафедрой Е.В. Алпацкая

УТВЕРЖДАЮ
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
А.В. Мазурина
«14» 05 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

основной профессиональной образовательной программы направления подготовки
49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм».
Направленность (Профиль программы): ***«Спортивно-оздоровительный туризм»***

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения заочная
Курс – 2
Семестр – 3,4
Итоговая форма контроля – диф.зачет

Рабочую программу разработали:
кандидат педагогических наук,
доцент Алпацкая Е.В.
ст.преподаватель Бубнов Н.В.

Смоленск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка 3
1.1.Выписка из ФГОС 3++ 3
1.2. Краткая характеристика основной образовательной программы 4
2. Результаты обучения по дисциплине 5
3. Место дисциплины в структуре ОПОП 6
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 7
5.Содержание дисциплины 8
5.1.Количество часов по видам занятий 8
5.2.Содержание дисциплины по видам занятий 8
5.2.1. Содержание лекционных занятий 8
5.5.2. Содержание практических занятий 10
6. Самостоятельная работа студентов 12
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации 16
7.2.Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины 16
7.3.1.Типовые контрольные задания 23
7.3.2.Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 23
7.3.2. Задания контрольных работ 26
7.3.3.Тестовые задания по дисциплине 29
8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины 31
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины 32
10.Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 32
11.Материально-техническое обеспечение дисциплины 33

1. Пояснительная записка

1.1.Выписка из ФГОС 3+

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

1.2. Краткая характеристика основной образовательной программы

Учебная дисциплина «Информатика» реализуется в рамках части формируемой участниками образовательных отношений учебного плана, учебного плана, разработанного в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС 3++) по направлению 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм».

Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по дисциплине «Информатика» состоит из трех самостоятельных разделов:

Раздел 1. Предмет информатики. Основные понятия и методы теории информатики и кодирования. История развития вычислительной техники. Понятие и основные виды архитектуры ЭВМ.

Раздел 2. Программное обеспечение средств вычислительной техники.

Раздел 3. Сети. Организация сетей и передача информации в сетях. Безопасность и защита информации.

Максимальное количество аудиторных часов отведено изучению курса математической статистики, так как данный раздел используется студентами при изучении основ научно-методической деятельности и при выполнении выпускных квалификационных работ.

Учебный процесс по дисциплине «Информатика» осуществляется на аудиторных занятиях в форме лекций, семинаров, и практических работ, а также в виде самостоятельной работы. В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной основной и дополнительной литературы, выполнение контрольных работ, прохождение тестирования.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК – 1 – Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

ОПК – 16 – Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности

ПК-11 – Способен применять информационные технологии для обработки результатов научных исследований и решения практических задач в сфере физической культуры и спорта

В результате обучения по дисциплине студент должен:	Профессиональный стандарт и код трудовой функции	Компетенции
Знать: основные методы, способы и средства получения, хранения, переработки информации с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности Уметь: применять основные методы, способы и средства получения, хранения, переработки информации с применением информационно-коммуникационных технологий, работать с информацией в глобальных компьютерных сетях Иметь опыт: основными методами и рациональными приемами сбора, обработки и представления научной, деловой и педагогической информации; средствами компьютерной графики (ввод, вывод, отображение, преобразование и редактирование графических объектов на компьютере); навыками работы с информацией в глобальных компьютерных сетях.	ПС – Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) A/01.6 – Общепедагогическая функция. Обучение ПС – Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования – B/02.6 – Педагогический контроль и оценка освоения квалификации рабочего, служащего в процессе учебно-производственной деятельности обучающихся ПС – Инструктор-методист D/03.6 – Методическое сопровождение деятельности специалистов образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта E/01.6 – Руководство организацией и проведением физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации E/02.6 – Руководство процессом набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации E/03.6 – Организация и руководство проведением мероприятий по укреплению и развитию материально-технической базы физкультурно-спортивной организации для заня-	УК – 1, ОПК – 16 ПК–11

	тия физической культурой и спортом ПС – Педагог дополнительного образования детей и взрослых A/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы A/03.6 – Обеспечение взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения и воспитания A/04.6 – Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы B/01.6 – Организация и проведение исследований рынка дополнительного образования детей и взрослых ПС – 5.003 Тренер C/02.6 – Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) D/01.6 – Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/02.6 – Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Информационные технологии в профессиональной деятельности» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Б.1.В.04. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля: дифференцированный зачет. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: школьный курс информатики.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Информационные технологии в профессиональной деятельности» имеет трудоемкость, равную 4 зачетным единицам (144 часа)

Распределение часов по видам учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры	
			3	4
Контактная работа преподавателей с обучающимися		10	4	6
Лекции		4	2	2
Практические занятия		6	2	4
Промежуточная аттестация (зачет)		4		4
Самостоятельная работа		128	68	62
Общая трудоемкость	**часы**	144	72	72
	ЗЕ	4	2	2

5.Содержание дисциплины
5.1.Количество часов по видам занятий

Раздел 1. Предмет информатики. Основные понятия и методы теории информатики и кодирования. История развития вычислительной техники. Понятие и основные виды архитектуры ЭВМ.
Раздел 2. Программное обеспечение средств вычислительной техники.
Раздел 3. Сети. Организация сетей и передача информации в сетях. Безопасность и защита информации

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ		
		Лекции	Практич. занятия	Самост. работа
Раздел 1. Предмет информатики. Основные понятия и методы теории информатики и кодирования. История развития вычислительной техники. Понятие и основные виды архитектуры ЭВМ.	36	2	2	32
Раздел 2. Программное обеспечение средств вычислительной техники.	64	-	2	62
Раздел 3. Сети. Организация сетей и передача информации в сетях. Безопасность и защита информации	40	2	2	36
Зачет	4			
Итого часов	144	4	6	130

5.2.Содержание дисциплины по видам занятий
5.2.1. Содержание лекционных занятий

Лекции – 2 часа Предмет информатики. Основные понятия и методы теории информатики и кодирования. История развития вычислительной техники. Понятие и основные виды архитектуры ЭВМ. Кодирование информации

Определение информатики. Методы информатики. Структура информатики. Информатизация общества.

Понятие информации, её виды и свойства. Сигналы, регистрация сигналов, данные, дискретизация сигнала.

Понятие количества информации. Единицы измерения объема данных. Подходы к измерению информации. История создания средств вычислительной техники. Наиболее значимые события и имена ученых. Поколения ЭВМ по элементной базе и по архитектуре. Разные подходы к выбору единицы ко-

личества информации; формула Хартли, формула Шеннона для измерения количества информации; информационная ёмкость требуемого источника информации; производные единицы количества информации.

Изучение темы направлено на приобретение знаний о первых вычислительных приборах, истории их усовершенствования, учёных-изобретателях, положивших начало науке о принципах действия вычислителей; об основных методах, способах и средствах получения, хранения, переработки информации; формирования профессиональных компетенций (УК-1, ПК-11).

Лекция 3 (2 часа). Сети. Организация сетей и передача информации в сетях. Безопасность и защита информации.

Определение, назначение компьютерных сетей (КС). Классификация компьютерных сетей: по размеру, по технологии передачи, по способу управления. Проблемы взаимодействия компьютеров в сети. Режимы передачи данных. Характеристики качества сети.

Аппаратные средства компьютерных сетей, их назначение и характеристики: модем, мост, маршрутизатор и другие. Платы сетевого адаптера: назначение, описание, характеристики.

Физическая передающая среда. Сетевые кабели и их характеристики: коаксиальный кабель, витая пара, оптоволоконный кабель. Беспроводная среда. Топология связей в компьютерных сетях: звезда, кольцо, шина.

Глобальные сети. Интернет.Основы противодействия нарушению конфиденциальной информации: идентификация и аутентификация пользователей; мониторинг несанкционированных действий - аудит; разграничение доступа к компьютерной системе (КС); криптографические методы сокрытия информации; защита КС при работе в сети. Пароль, правила организации парольной защиты.

Меры защиты юридического характера.

Типичные приемы атак на локальные и удаленные КС: сканирование файловой системы, кража ключевой информации. Сборка мусора, превышение полномочий, программные закладки, «жадные» программы, атаки на отказ в обслуживании дисковой операционной системы (DOS), атаки маскировкой, атаки на маршрутизацию, прослушивание сети.

Криптографические методы защиты: тайнопись, криптография с ключом, электронная цифровая подпись.

В результате изучения темы студенты будут знать назначение и краткую характеристику основных компонентов вычислительных сетей; основные требования к вычислительным сетям; понятие протокола; топологию и архитектуру сетей, способы подключения компьютеров к сети, принципы адресации компьютеров; назначение службы имен доменов (DNS), телеконференций, электронной почты (e-mail), службы передачи файлов;, какие рекомендации необходимо выполнять при организации парольной защиты; в чём заключается избирательное разграничение доступа; в чем состоит метод

«шифрования заменой»; каковы отличия симметричных криптоалгоритмов от ассиметричных; назначение электронной цифровой подписи; формирования профессиональных компетенций (УК-1, ПК-11).

5.5.2. Содержание практических занятий

Раздел 1. Предмет информатики. Основные понятия и методы теории информатики и кодирования. История развития вычислительной техники. Понятие и основные виды архитектуры ЭВМ

Тема 1. Основные понятия информатики. Кодирование информации (2 часа). История развития вычислительной техники. Понятие и основные виды архитектуры ЭВМ.

Определение информатики. Методы информатики. Структура информатики. Информатизация общества.

Понятие информации, её виды и свойства. Сигналы, регистрация сигналов, данные, дискретизация сигнала.

Понятие количества информации. Единицы измерения объема данных. Подходы к измерению информации. Формула Хартли-Шеннона.

Различные системы счисления; перевод чисел из одной позиционной системы счисления в другую (из десятичной в любую другую, из любой системы в десятичную, из двоичной в восьмеричную, из шестнадцатеричной в двоичную, из восьмеричной в двоичную, из двоичной в шестнадцатеричную и т.п.).

Изучение темы направлено на приобретение знаний о сущности и значении информации в развитии современного информационного общества; навыков подсчёта количества информации и перевода чисел из одной системы счисления в другую.

История создания средств вычислительной техники. Наиболее значимые события и имена ученых. Поколения ЭВМ по элементной базе и по архитектуре.

Рекомендуемая литература

1. Курс лекций по информатике [Электронный ресурс]: Учебное пособие .— М.: РГУФКСМиТ 2011 .— 255 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/202906

2.Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск : СГАФКСТ, 2016. — 150 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/706490

Раздел 3. Программное обеспечение средств вычислительной техники. (22 часа)

Тема 2. Структура программного обеспечения современного персонального компьютера (2 часа)

Создание документов в Word. Подготовка редактора к работе. Проверка правописания. Поиск синонимов и антонимов. Способы перемещения текстовых фрагментов. Вставка сносок и их удаление. Использование табуляторов для создания списков. Добавление кнопок на панели инструментов. Создание нумерованного списка. Создание маркированного списка. Создание многоуровневого списка. Разбиение текста на колонки. Вставка формул.

Изучение темы позволяет освоить создание разных видов списков; отработать навыки форматирования текста для оформления результатов исследовательской деятельности.

Изучение темы направлено на использование компьютера как средства управления информацией; отработку навыков форматирования и улучшения стилистики текста для оформления результатов исследовательской деятельности.

Рекомендуемая литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск : СГАФКСТ, 2016. — 150 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/706490

2. Методическое пособие по дисциплине «Информатика» Ч.3: Работа с Microsoft Office [Электронный ресурс] / МВ. Витязев .— Архангельск : Северный (Арктический) федеральный университет имени МВ. Ломоносова. 2014 .— 25 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/282760

3. Хованская, Т.В. Практикум по дисциплине «Информатика» [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / АЮ. Коршунова, И А Подгорная. Т.В. Хованская .— Волгоград : ВГАФК. 2011 .— 174 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efoV230557

Раздел 3. Сети. Организация сетей и передача информации в сетях. Интернет. Безопасность и защита информации

Виды сетей и их классификации. IP-адрес. Доменная система.

Изучение темы направлено на формирование умений различать и расшифровывать IP-адрес, доменное имя компьютера, универсальный адрес ресурса; использовать средства сетевых сервисов.

Протокол Интернет. URL-адрес. Почтовые службы. Сервисы Интернет. WEB-сервер. Поиск в Интернете. Онлайновые энциклопедии и справочники.

Понятие "информационная безопасность Проблема информационной безопасности общества Составляющие информационной безопасности Система формирования режима информационной безопасности Нормативно-правовые основы информационной безопасности в РФ.

Рекомендуемая литература

1. Курс лекций по информатике [Электронный ресурс]: Учебное пособие .— М.: РГУФКСМиТ 2011 .— 255 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/202906

2.Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск : СГАФКСТ, 2016. — 150 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/706490

6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Содержание работы Темы занятий	Количество часов	Виды контроля
Раздел 1. Предмет информатики. Основные понятия и методы теории информатики и кодирования. История развития вычислительной техники. Понятие и основные виды архитектуры ЭВМ 32 часа			
1	Основные понятия информатики.	8	Выборочная проверка заданий по решению задач на вычисление количества информации в сообщениях и по переводу чисел из одной системы счисления в другую.
2	Кодирование информации	8	Проведение групповых контрольных работ на компьютерах с их проверкой
3	История развития ЭВМ	8	Проверка рефератов
4	Аппаратное обеспечение современного персонального компьютера	8	Проведение групповых контрольных работ на компьютерах с их проверкой Тестирование
Раздел 2. Программное обеспечение средств вычислительной техники. - 62 часа			
5	Текстовый редактор Word	20	Проведение групповых контрольных работ на компьютерах с их проверкой
6	Электронная таблица Excel	22	Проведение групповых контрольных работ на компьютерах с их проверкой
	Программа создания презентаций		Проверка презентаций по

7	PowerPoint	20	предложенной на выбор теме
Раздел 3. Сети. Организация сетей и передача информации в сетях. Безопасность и защита информации - 36 часов			
8	Компьютерные сети. Интернет	22	Тестирование
9	Информационная безопасность. Защита информации	14	Индивидуальные беседы и консультации с преподавателем

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Студентам следует усвоить основные вопросы по важнейшим разделам дисциплины:

1. Определение информатики.
2. Методы информатики.
3. Информатизация общества.
4. Понятие информации, её виды и свойства. Сигналы, регистрация сигналов, данные, дискретизация сигнала.
5. Понятие количества информации. Единицы измерения объема данных.
6. Кодирование информации.
7. Системы счисления. Правила перевода между системами счисления.
8. Логические основы функционирования ЭВМ. Логические функции и логические элементы.
9. Законы и тождества алгебры логики. Логические схемы.
10. Кодирование данных в компьютере. Кодирование символов. Юникод.
11. Кодирование графической информации. Цветовое пространство. Цветовые модели: RGB, CMY(K). Кодирование звуковой информации.
12. Исторические корни создания средств вычислительной техники. Наиболее значимые события и имена ученых.
13. Поколения ЭВМ.
14. Архитектура фон Неймана. Структура современного персонального компьютера (ПК): типовая базовая аппаратная конфигурация, типовая базовая программная конфигурация.
15. Назначение и технические характеристики устройств, входящих в системный блок: материнская плата, центральный процессор, функциональный контроллер, устройства внутренней памяти (ПЗУ, ОЗУ), жесткий диск, дисковод для гибких дисков, дисковод для компакт-дисков, флэш-память, платы расширения (звуковая карта, видеокарта, сетевая карта).

16. Назначение и технические характеристики различных типов периферийных устройств: клавиатура, манипуляторы, мониторы, принтеры, сканеры, модемы.

17. Определение программного обеспечения (ПО) Software.

18. Структура ПО. Программная конфигурация.

19. Характеристика системного ПО: уровни системного ПО, BIOS, операционная система, характеристика Windows, Linux, утилиты, архиваторы, вирусы и вредоносные программы, антивирусные средства (общие средства, профилактические меры, специализированные программы – антивирусы).

20. Характеристика прикладного ПО: назначение прикладного ПО, классификация прикладного ПО. Средства обработки текстовой информации, средства обработки табличной информации, средства обработки графической информации, электронные презентации.

21. Понятие алгоритма. Виды алгоритмов.

22. Свойства алгоритмов: дискретность, определенность, результативность, массовость, понятность, формальность.

23. Способы описания алгоритмов: словесный, псевдокод, графический. Обозначение блоков алгоритма.

24. Основные алгоритмические конструкции: линейный алгоритм, разветвляющийся алгоритм, циклический алгоритм.

25. Этапы решения задач на ЭВМ.

26. Основы программирования на алгоритмическом языке высокого уровня (Pascal). Основные операторы языка (Pascal). Типы данных.

27. Определение, назначение компьютерных сетей (КС). Классификация компьютерных сетей: по размеру, по технологии передачи, по способу управления.

28. Проблемы взаимодействия компьютеров в сети. Режимы передачи данных. Характеристики качества сети.

29. Аппаратные средства компьютерных сетей, их назначение и характеристики: модем, мост, маршрутизатор. Платы сетевого адаптера: назначение, описание, характеристики.

30. Физическая передающая среда. Сетевые кабели и их характеристики: коаксиальный кабель, витая пара, оптоволоконный кабель. Беспроводная среда.

31. Топология связей в компьютерных сетях: звезда, кольцо, шина.

32. История Интернет. Схема подключения персонального компьютера к сети Интернет. Технологии доступа в Интернет: DSL (ADSL), IDSN, DOCSIS, Wi-Fi, Wi-Max.

33. Протоколы Интернет. Адресация в Интернет: IP-адрес, доменное имя, URL-адрес. Сервисы Интернет: электронная почта, WWW, поиск, индексированные каталоги, тематические списки ссылок, онлайновые энциклопедии и справочники, социальная сеть.

Список основной и дополнительной литературы по темам, изучаемым самостоятельно

Основная литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск : СГАФКСТ, 2016. — 150 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/706490

2.Курс лекций по информатике [Электронный ресурс]: Учебное пособие.— М.: РГУФКСМиТ 2011 .— 255 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/202906

3.Курс лекций по математике и информатике [Электронный ресурс]: Учебное пособие .— М.: РГУФКСМиТ, 2011 .— 219 с. — Режим доступа: https://lib.rucom.ru/efd/202909

4.Широбакина. Е.А. Курс лекций и практических занятий по информатике [Электронный ресурс]: учеб. пособие для самостоят, работы студентов ФЗО / Е.А. Широбакина .— Волгоград : ВГАФК, 2011 .— 76 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/230541

Дополнительная

1. Захарова, И.Г. Информационные технологии в образовании [Текст] : учеб. пособие для высш. проф. образования / И. Г.Захарова. - 7-е изд., перераб. и доп. - Москва : Изд. центр "Академия", 2011. - 192 с. - (Высшее профессиональное образование).

2.Каткова, Т.В. Основы информатики: учеб. пособие / Т.В.Каткова, Н.В.Бубнов. – Смоленск: [б.и.], 2013. – 127.

3.Методическое пособие по дисциплине «Информатика» Ч.3: Работа с Microsoft Office [Электронный ресурс] / МВ. Витязев .— Архангельск : Северный (Арктический) федеральный университет имени МВ. Ломоносова. 2014 .— 25 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/282760

4.Новоселов, М.А. Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины / М.А. Новоселов .— М. : РГУФКСМиТ, 2015 .— 52 с. : ил. — Авт. указан на обороте тит. л. — Режим доступа: https://rucont.ru/efd/373488

5.Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. - М.: Академия, 2008. – 218 с.

6.Хованская, Т.В. Практикум по дисциплине «Информатика» [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / АЮ. Коршунова, И А Подгорная.

Т.В. Хованская .— Волгоград : ВГАФК. 2011 .— 174 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efoV230557

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1.Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения компетенций
УК-1, ПК-11	ПС – Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) A/01.6 – Общепедагогическая функция. Обучение ПС – Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования – B/02.6 – Педагогический контроль и оценка освоения квалификации рабочего, служащего в процессе учебно-производственной деятельности обучающихся ПС – Инструктор-методист D/03.6 – Методическое сопровождение деятельности специалистов образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта E/01.6 – Руководство организацией и проведением физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации E/02.6 – Руководство процессом набора и отбора в секции, группы	***Пороговый уровень*** *знать:* законы получения, передачи и использования информационных ресурсов, понятие сигнала как средства передачи информации, носители информации, каналы связи, данные кодирование, передачу, хранение, извлечение и отображение информации, характеристики информации; единицы измерения количества и объема информации; позиционные системы счисления, запись чисел в позиционных системах; основные понятия формальной логики, высказывание и суждение, истинность и ложность высказываний, основные логические операции, логические элементы; двоичное кодирование различных форм представления информации в компьютере; историю развития ЭВМ, этапы развития вычислительной техники, архитектуру ЭВМ, принцип фон Неймана; состав персонального компьютера, назначение и характеристики основных элементов персонального компьютера (центральный процессор, системные шины, системная память), кэш, назначение и характеристики микропроцессорных систем; запоминающие устройства и их основные характеристики; разновидности устройств ввода-ввода (клавиатура, манипуляторы, видео- и звуковые адаптеры, сканеры, принтеры, плоттеры, мониторы) и их основные характеристики; назначение и структуру системного программного обеспечения (ПО), назначение утилит, классификацию и основные функции операционных систем, технологии работы в операционной системе Windows, назначение архиваторов, классификацию компьютерных вирусов и способы защиты от них; понятия файловой системы, операции над файлами и папками; назначение и основные функции текстовых процессоров, приемы ввода, редактирования и форматирования текста; назначение, структуру и основные функции электронных таблиц, способы ввода дан-

	спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации E/03.6 – Организация и руководство проведением мероприятий по укреплению и развитию материально-технической базы физкультурно-спортивной организации для занятия физической культурой и спортом ПС – Педагог дополнительного образования детей и взрослых A/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы A/03.6 – Обеспечение взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения и воспитания A/04.6 – Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы B/01.6 – Организация и проведение исследований рынка дополнительного образования детей и взрослых ПС – 5.003 Тренер C/02.6 – Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) D/01.6 – Отбор занима-	ных, формул, типы данных в ячейках, ссылки на диапазоны; возможность табличного процессора по организации базы данных; основные способы представления графической информации, форматы графических файлов; возможность программы создания презентаций, этапы создания презентаций; основные свойства, принципы построения и функционирования систем баз данных, возможности систем управления базами данных; основные понятия реляционной модели данных; назначение и способы создания объектов базы данных; формы записи алгоритма, свойства алгоритма, основные элементы блок-схемы алгоритма; основные алгоритмические конструкции, типовые алгоритмы; основные этапы развития языков программирования; основные этапы создания программных продуктов, основные принципы формализации задач; назначение интегрированных сред программирования, технологию создания программ; методы отладки и тестирования; понятия трансляции, интерпретации, компилирования; назначение и краткую характеристику основных компонентов вычислительных сетей; основные требования к вычислительным сетям; понятие протокола; *Умеет* измерять информацию; переводить числа из одной системы счисления в другую, выполнять основные арифметические операции в различных системах счисления; применять логические операции, представлять логические выражения в виде формул, строить простейшие логические схемы; решать задачи на определение количества информации; использовать конфигурацию компьютера для организации информационно-вычислительных процессов; использовать запоминающие устройства для хранения информации; применять устройства ввода-вывода различного типа. использовать сервисные программы (форматирование диска, дефрагментация диска), пользоваться антивирусными средствами, архиваторами, настраивать интерфейс пользователя операционной системы; производить ввод и редактирование текста, работать с фрагментами текста, устанавливать параметры символов, абзацев, страниц, таблиц, всего документа в целом; организовывать структуру файла в электронных таблицах,

	ющихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/02.6 – Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	назначать типы ячеек данных, осуществлять ввод и редактирование данных в ячейках, строить диаграммы, организовывать вычисления в ячейках; создавать базу данных в электронном процессоре, организовывать фильтрацию и выбор данных; использовать графические редакторы для обработки графики; создавать структуру слайда, настраивать эффекты анимации, организовывать показ презентации в различных режимах. получать и отправлять электронную почту; осуществлять навигацию и поиск информации в сети Интернет. *Имеет опыт* владения основными методами и рациональными приемами сбора, обработки информации; навыками работы с информацией в глобальных компьютерных сетях.
УК-1, ПК-11	ПС – Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) A/01.6 – Общепедагогическая функция. Обучение ПС – Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования – B/02.6 – Педагогический контроль и оценка освоения квалификации рабочего, служащего в процессе учебно-производственной деятельности обучающихся ПС – Инструктор-методист D/03.6 – Методическое сопровождение деятельности специалистов образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта E/01.6 – Руководство ор-	***Продвинутый уровень*** *знает* - законы получения, передачи и использования информационных ресурсов, понятие сигнала как средства передачи информации, носители информации, каналы связи, данные кодирование, передачу, хранение, извлечение и отображение информации, характеристики информации; единицы измерения количества и объема информации; позиционные системы счисления, запись чисел в позиционных системах; основные понятия формальной логики, высказывание и суждение, истинность и ложность высказываний, основные логические операции, логические элементы; двоичное кодирование различных форм представления информации в компьютере; историю развития ЭВМ, этапы развития вычислительной техники, архитектуру ЭВМ, принцип фон Неймана; состав персонального компьютера, назначение и характеристики основных элементов персонального компьютера (центральный процессор, системные шины, системная память), кэш, назначение и характеристики микропроцессорных систем; запоминающие устройства и их основные характеристики; разновидности устройств ввода-ввода (клавиатура, манипуляторы, видео- и звуковые адаптеры, сканеры, принтеры, плоттеры, мониторы) и их основные характеристики; назначение и структуру системного программного обеспечения (ПО), назначение утилит, классификацию и основные функции операционных систем,

	ганизацией и проведением физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации Е/02.6 – Руководство процессом набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации Е/03.6 – Организация и руководство проведением мероприятий по укреплению и развитию материально-технической базы физкультурно-спортивной организации для занятия физической культурой и спортом ПС – Педагог дополнительного образования детей и взрослых А/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы А/03.6 – Обеспечение взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения и воспитания А/04.6 – Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы В/01.6 – Организация и проведение исследований рынка дополнительного образования детей и взрослых	технологии работы в операционной системе Windows, назначение архиваторов, классификацию компьютерных вирусов и способы защиты от них; понятия файловой системы, операции над файлами и папками; назначение и основные функции текстовых процессоров, приемы ввода, редактирования и форматирования текста; назначение, структуру и основные функции электронных таблиц, способы ввода данных, формул, типы данных в ячейках, ссылки на диапазоны; возможность табличного процессора по организации базы данных; основные способы представления графической информации, форматы графических файлов; возможность программы создания презентаций, этапы создания презентаций; основные свойства, принципы построения и функционирования систем баз данных, возможности систем управления базами данных; основные понятия реляционной модели данных; назначение и способы создания объектов базы данных; формы записи алгоритма, свойства алгоритма, основные элементы блок-схемы алгоритма; основные алгоритмические конструкции, типовые алгоритмы; основные этапы развития языков программирования; основные этапы создания программных продуктов, основные принципы формализации задач; назначение интегрированных сред программирования, технологию создания программ; методы отладки и тестирования; понятия трансляции, интерпретации, компилирования; назначение и краткую характеристику основных компонентов вычислительных сетей; списков рассылки (Mail list), телеконференций, электронной почты (e-mail), службы передачи файлов, ICQ-службы, поисковых служб; *Умеет* измерять информацию; переводить числа из одной системы счисления в другую, выполнять основные арифметические операции в различных системах счисления; применять логические операции, представлять логические выражения в виде формул, строить простейшие логические схемы; решать задачи на определение количества информации. использовать конфигурацию компьютера для организации информационно-вычислительных процессов; использовать запоминающие устройства для хранения информации; применять устройства

	ПС – 5.003 Тренер C/02.6 – Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) D/01.6 – Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/02.6 – Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	ввода-вывода различного типа. использовать сервисные программы (форматирование диска, дефрагментация диска), пользоваться антивирусными средствами, архиваторами, настраивать интерфейс пользователя операционной системы; производить ввод и редактирование текста, работать с фрагментами текста, устанавливать параметры символов, абзацев, страниц, таблиц, всего документа в целом; организовывать структуру файла в электронных таблицах, назначать типы ячеек данных, осуществлять ввод и редактирование данных в ячейках, строить диаграммы, организовывать вычисления в ячейках; создавать базу данных в электронном процессоре, организовывать фильтрацию и выбор данных; использовать графические редакторы для обработки графики; создавать структуру слайда, настраивать эффекты анимации, организовывать показ презентации в различных режимах. организовать работу в СУБД для решения конкретных информационных задач; создавать структуру таблицы баз данных, создавать связи между таблицами с обеспечением целостности данных, организовывать запросы, создавать формы, отчеты. получать и отправлять электронную почту; осуществлять навигацию и поиск информации в сети Интернет. *Имеет опыт* владения основными методами и рациональными приемами сбора, обработки и представления научной, деловой и педагогической информации; средствами компьютерной графики (ввод, вывод, отображение, преобразование и редактирование графических объектов на компьютере); навыками работы с информацией в глобальных компьютерных сетях.
УК-1, ПК-11	ПС – Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) A/01.6 – Общепедагогическая функция. Обучение ПС – Педагог профессионального обучения, профессионального об-	***Высокий уровень*** *знает* - законы получения, передачи и использования информационных ресурсов, понятие сигнала как средства передачи информации, носители информации, каналы связи, данные кодирование, передачу, хранение, извлечение и отображение информации, характеристики информации; единицы измерения количества и объема информации; позиционные системы счисления, запись чисел в позиционных системах; основные понятия формальной логики, высказывание и суждение, истинность и ложность

	разования и дополнительного профессионального образования – B/02.6 – Педагогический контроль и оценка освоения квалификации рабочего, служащего в процессе учебно-производственной деятельности обучающихся ПС – Инструктор-методист D/03.6 – Методическое сопровождение деятельности специалистов образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта E/01.6 – Руководство организацией и проведением физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации E/02.6 – Руководство процессом набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации E/03.6 – Организация и руководство проведением мероприятий по укреплению и развитию материально-технической базы физкультурно-спортивной организации для занятия физической культурой и спортом ПС – Педагог дополнительного образования детей и взрослых A/01.6 – Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразователь-	высказываний, основные логические операции, логические элементы; двоичное кодирование различных форм представления информации в компьютере; историю развития ЭВМ, этапы развития вычислительной техники, архитектуру ЭВМ, принцип фон Неймана; состав персонального компьютера, назначение и характеристики основных элементов персонального компьютера (центральный процессор, системные шины, системная память), кэш, назначение и характеристики микропроцессорных систем; запоминающие устройства и их основные характеристики; разновидности устройств ввода-ввода (клавиатура, манипуляторы, видео- и звуковые адаптеры, сканеры, принтеры, плоттеры, мониторы) и их основные характеристики; назначение и структуру системного программного обеспечения (ПО), назначение утилит, классификацию и основные функции операционных систем, технологии работы в операционной системе Windows, назначение архиваторов, классификацию компьютерных вирусов и способы защиты от них; понятия файловой системы, операции над файлами и папками; назначение и основные функции текстовых процессоров, приемы ввода, редактирования и форматирования текста; назначение, структуру и основные функции электронных таблиц, способы ввода данных, формул, типы данных в ячейках, ссылки на диапазоны; возможность табличного процессора по организации базы данных; основные способы представления графической информации, форматы графических файлов; возможность программы создания презентаций, этапы создания презентаций; основные свойства, принципы построения и функционирования систем баз данных, возможности систем управления базами данных; основные понятия реляционной модели данных; назначение и способы создания объектов базы данных; формы записи алгоритма, свойства алгоритма, основные элементы блок-схемы алгоритма; основные алгоритмические конструкции, типовые алгоритмы; основные этапы развития языков программирования; основные этапы создания программных продуктов, основные принципы формализации задач; основные требования к вычислительным сетям; понятие протокола; тополо-

	ной программы A/03.6 – Обеспечение взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения и воспитания A/04.6 – Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы B/01.6 – Организация и проведение исследований рынка дополнительного образования детей и взрослых ПС – 5.003 Тренер C/02.6 – Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) D/01.6 – Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/02.6 – Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	гию и архитектуру сетей, Умеет измерять информацию; переводить числа из одной системы счисления в другую, выполнять основные арифметические операции в различных системах счисления; применять логические операции, представлять логические выражения в виде формул, строить простейшие логические схемы; решать задачи на определение количества информации. использовать конфигурацию компьютера для организации информационно-вычислительных процессов; использовать запоминающие устройства для хранения информации; применять устройства ввода-вывода различного типа. использовать сервисные программы (форматирование диска, дефрагментация диска), пользоваться антивирусными средствами, архиваторами, настраивать интерфейс пользователя операционной системы; производить ввод и редактирование текста, работать с фрагментами текста, устанавливать параметры символов, абзацев, страниц, таблиц, всего документа в целом; организовывать структуру файла в электронных таблицах, назначать типы ячеек данных, осуществлять ввод и редактирование данных в ячейках, строить диаграммы, организовывать вычисления в ячейках; создавать базу данных в электронном процессоре, организовывать фильтрацию и выбор данных; использовать графические редакторы для обработки графики; создавать структуру слайда, настраивать эффекты анимации, организовывать показ презентации в различных режимах.организовать работу в СУБД для решения конкретных информационных задач; создавать структуру таблицы баз данных, создавать связи между таблицами с обеспечением целостности данных, организовывать запросы, создавать формы, отчеты. понимать суть решаемой задачи; понимать алгоритм, заданный в виде блок-схемы; применять основные типы алгоритмических конструкций для решения задач; выделять основные этапы создания программных продуктов; разрабатывать небольшие программы с использованием структурного программирования. различать и расшифровывать IP-адрес, доменное имя компьютера, универсальный адрес ресурса; использовать средства сетевых сервисов; получать и от-

		правлять электронную почту; осуществлять навигацию и поиск информации в сети Интернет. *Владеет*основными методами и рациональными приемами сбора, обработки и представления научной, деловой и педагогической информации; средствами компьютерной графики (ввод, вывод, отображение, преобразование и редактирование графических объектов на компьютере); навыками работы с информацией в глобальных компьютерных сетях.

7.3.1.Типовые контрольные задания
7.3.2.Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль знаний осуществляется на практических занятиях.

Формы текущего контроля знаний:

- устный опрос на практических занятиях;
- проверка выполнения индивидуальных расчетных заданий;
- собеседование по индивидуальным заданиям;
- реферат;
- контрольная работа;
- тестирование;
- контроль самостоятельной работы студентов.

Форма промежуточного контроля – диф.зачет.

Примерные вопросы к зачету

1. Определение информатики. Методы информатики. Информатизация общества. Понятие информации, её виды и свойства. Сигналы, регистрация сигналов, данные, дискретизация сигнала.

2. Понятие количества информации. Единицы измерения объема данных. Кодирование информации. Системы счисления. Правила перевода между системами счисления.

3. Логические основы функционирования ЭВМ. Логические функции и логические элементы. Законы и тождества алгебры логики. Логические схемы.

4. Кодирование данных в компьютере. Кодирование символов. Юникод. Кодирование графической информации. Цветовое пространство. Цветовые модели: RGB, CMY(K). Кодирование звуковой информации.

5. Исторические корни создания средств вычислительной техники. Наиболее значимые события и имена ученых. Поколения ЭВМ.

6. Архитектура фон Неймана. Структура современного персонального компьютера (ПК): типовая базовая аппаратная конфигурация, типовая базовая программная конфигурация.

7. Назначение и технические характеристики устройств, входящих в системный блок: материнская плата, центральный процессор, функциональный контроллер, устройства внутренней памяти (ПЗУ, ОЗУ), жесткий диск, дисковод для гибких дисков, дисковод для компакт-дисков, флэш-память, платы расширения (звуковая карта, видеокарта, сетевая карта).

8. Назначение и технические характеристики различных типов периферийных устройств: клавиатура, манипуляторы, мониторы, принтеры, сканеры, модемы.

9. Определение программного обеспечения (ПО) Software.

10. Структура ПО. Программная конфигурация.

11. Характеристика системного ПО: уровни системного ПО, BIOS, операционная система, характеристика Windows, Linux, утилиты, архиваторы, вирусы и вредоносные программы, антивирусные средства (общие средства, профилактические меры, специализированные программы – антивирусы).

12. Характеристика прикладного ПО: назначение прикладного ПО, классификация прикладного ПО. Средства обработки текстовой информации, средства обработки табличной информации, средства обработки графической информации, электронные презентации.

13. Понятие алгоритма. Виды алгоритмов.

14. Свойства алгоритмов: дискретность, определенность, результативность, массовость, понятность, формальность.

15. Способы описания алгоритмов: словесный, псевдокод, графический. Обозначение блоков алгоритма.

16. Основные алгоритмические конструкции: линейный алгоритм, разветвляющийся алгоритм, циклический алгоритм.

17. Этапы решения задач на ЭВМ.

18. Основы программирования на алгоритмическом языке высокого уровня (Pascal). Основные операторы языка (Pascal). Типы данных.

19. Определение, назначение компьютерных сетей (КС). Классификация компьютерных сетей: по размеру, по технологии передачи, по способу управления.

20. Проблемы взаимодействия компьютеров в сети. Режимы передачи данных. Характеристики качества сети.

21. Аппаратные средства компьютерных сетей, их назначение и характеристики: модем, мост, маршрутизатор. Платы сетевого адаптера: назначение, описание, характеристики.

22. Физическая передающая среда. Сетевые кабели и их характеристики: коаксиальный кабель, витая пара, оптоволоконный кабель. Беспроводная среда.

23. Топология связей в компьютерных сетях: звезда, кольцо, шина.

24. История Интернет. Схема подключения персонального компьютера к сети Интернет. Технологии доступа в Интернет: DSL (ADSL), IDSN, DOCSIS, Wi-Fi, Wi-Max.

25. Протоколы Интернет. Адресация в Интернет: IP-адрес, доменное имя, URL-адрес. Сервисы Интернет: электронная почта, WWW, поиск, индексированные каталоги, тематические списки ссылок, онлайновые энциклопедии и справочники, социальная сеть.

Критерии оценки знаний студентов на зачете

«Отлично» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением студента подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Студент должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные ёмкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь студента должна быть грамотной и достаточно выразительной.

«Хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе студента как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу.

«Удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Студент испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины.

«Неудовлетворительно» - студент не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

7.3.2. Задания контрольных работ

Набор заданий контрольных работ является компонентом рабочей программы по дисциплине «Информатика», отражает структуру курса и включает следующие задачи:

Задача 1. Перевести число 75 из десятичной системы в двоичную, восьмеричную и шестнадцатеричную.

Задача 2. Перевести десятичную дробь 0,75 в двоичную систему счисления.

Задача 3. Перевести числа 32201_4; 110011_2; 22341_5 в десятичную систему счисления.

Задача 4. Сколько бит потребуется для получения изображения из 256 цветов?

Задача 5.Сколько бит информации содержит сообщение об оценке:

а) на зачёте;

б) на контрольной работе?

Задание 6

- Создайте в папке «Мои документы» персональную папку со своей фамилией: «Контрольная работа 1, Иванов»
- В этой папке создайте новый документ Word, присвоив ему имя «Задания по Word». Откройте его.
- Наберите текст, установив следующие параметры:

Шрифт***TimesNewRoman***,
размер **12**,
междустрочный интервал ***19 пт***,
подчёркивание – ***пунктирной линией,***
время ***автосохранения*** - 15 мин,
отступ первой строки – ***0,8 см***.,
выравнивание–***по левому краю***,
поля: левое и правое***-по 2,7 см,***
верхнее и нижнее ***- по 1,4 см.***
выставить ***автопереносы***.

- Сделайте 3 копии текста, поместив их в конце документа.
- Найдите два синонима и два антонима для слов «***хорошо»*** и «***сладкий»***. Поместите найденные слова после текста.
- Сделайте копию текста в новый файл, сохраните файл под именем «Копия» в свою папку и закройте.
- В первом документе сделайте две нумерованные и две маркированные сноски. Отформатируйте их по-разному.

Задание 7

- С помощью табуляторов сделайте список по аналогии (содержание списков измените, сохранив форматирование):
-

Фамилия, имя	**Вес (кг)**	**Рост (см)**
Степанова Ольга	49	156
Зимина Татьяна	50	157
Зайцев Михаил	**56**	**160**

Задание 8

- Создайте новый документ Word в своей папке и назовите его «Списки».
- Сделайте два нумерованных и два маркированных списка с разным форматированием, разной нумерацией и разными по величине, цвету и форме маркерами.

Сделайте многоуровневый список по образцу:

(I) Порядок построения:
Первый) 6 «Б» класс
Второй) 7 «А» класс
a) девочки - в школьной форме
b) мальчики – в строгих костюмах
(II) Время построения:
Первый) 6 «Б» - в 8.00
Второй) 7 «А» - в 8.15

(номер 1-го уровня – синий, 14, ж., курсив; 2-го уровня – фиолетовый, 12, ж., курсив; 3-го уровня – красный, 12, двойное подчеркивание синим цветом, ж.).

Нумерацию с клавиатуры не вводить – это ошибка!!!

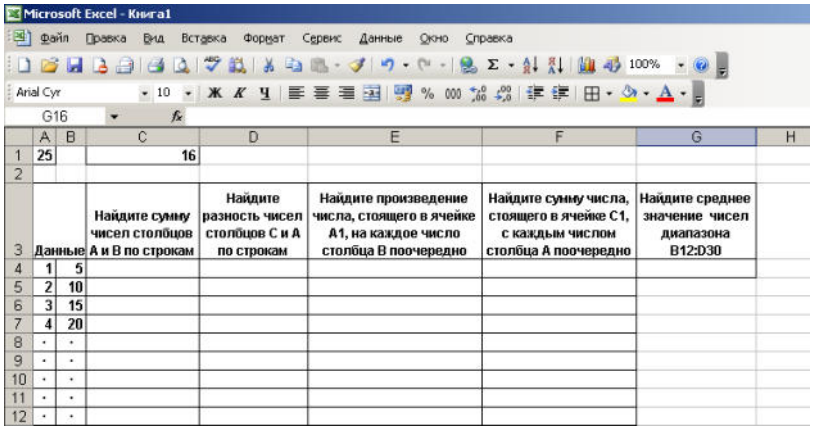
- Сохраните файл**.**

I. Контрольная работа по теме «Excel»

Задание 1

- Откройте Excel, переименуйте Лист 1 – «Вычисления». Цвет ярлычка – красный.
- Введите данные в ячейки: в **A1 –** число **25**; в **C1 –** число **16**; в диапазоны **A4:A30** (ряд чисел, увеличивающихся на 1) и **B4:B30** (ряд чисел, увеличивающихся на 5).
- В третьей строке наберите названия столбцов таблицы и сделайте рамку таблицы (A3:F30 и G3:G4).
- Произведите вычисления, используя относительные и абсолютные ссылки для автоматизации вычислений.

Не вводите формулы в каждую ячейку столбца, пользуйтесь маркером заполнения!!!!



Задание 9

- Переименуйте листы 2, 3, 4 и 5 соответственно: «Группа 1», «Группа 2», «Группа 3», «Итоговая таблица». Покрасьте ярлычки листов любыми цветами.

- На листе «Группа 1» сделайте таблицу успеваемости группы 1, состоящей из 5 человек (фамилии и оценки придумайте сами) по предметам: Информатика, Математика, Физика, Химия, История.
- Вычислите средний балл каждого учащегося по всем предметам и средний балл всей группы по каждому предмету.
- Скопируйте эту таблицу на листы «Группа 2» и «Группа 3», чтобы не создавать новые таблицы для других групп. В скопированных таблицах поменяйте некоторые фамилии и оценки.
- На листе «Итоговая таблица» создайте итоговую таблицу (см. рис.)
- Введите данные в таблицу, ***устанавливая ссылки*** на соответствующие листы и ячейки. Подсчитайте средний балл курса (т.е. трёх групп) по каждому предмету.

	A	B	C	D	E	F
1						
2						
3	**№ группы**	**Информатика**	**Математика**	**Физика**	**Химия**	**История**
4	Группа 1					
5	Группа 2					
6	Группа 3					
7	**Средний балл курса**					
8						

Постройте диаграмму среднего балла всего курса (не отдельных групп!) по каждому предмету. Задание 1

1. Составить алгоритм решения задачи:

Дано натуральное число *m*. Указать все тройки натуральных чисел *x, y и z,* удовлетворяющие следующему условию:

$m = x^3 + y^3 + z^3$.

Нарисовать блок-схему алгоритма.

Задание 10

1. Составить алгоритм решения задачи: Дано натуральное число *n*. Вычислить $S_n = 1 * 2 + 2 * 3 * 4 + n * (n + 1) * ... * 2n$. Нарисовать блок-схему алгоритма.

Примерные задания по теме «Программирование на языке Pascal

(в среде «Pascal ABC»):

1) Напишите программу возведения в квадрат целого числа, вводимого с клавиатуры.
2) Напишите программу вычисления объёма куба с произвольной стороной.
3) Напишите программу, демонстрирующую действия, которые могут быть выполнены над целыми числами 25 и 6, пользуясь таблицей арифметических операций.
4) Напишите программу для вычисления периметра **P** прямоугольника. Для обозначения сторон прямоугольника используйте переменные **A** и **B**. Для того, чтобы результат вычисления оставался на экране, воспользуйтесь дополнительно функцией **read ln** в конце программы перед словом

5) Напишите программу преобразования вещественного числа, вводимого с клавиатуры, в целое. Проверьте её работу, введя числа 2.9; 3.1;5.5.
6) Напишите программу вычисления длины окружности.
7) Напишите программу для вычисления площади прямоугольного треугольника (**S = (a*b)/2**). Значения катетов **a** и **b**вводятся с клавиатуры.

7.3.3.Тестовые задания по дисциплине

Тест предлагается студентам в электронном виде. В программе теста заложена возможность выбора одного или нескольких правильных ответов в зависимости от вида маркеров, нумерующих ответы. Программа не предусматривает возможности возврата к уже отвеченным вопросам и имеет ограничение по времени. Кроме контролирующего режима, возможно использование режима обучения.

1) Локальные вычислительные сети по признаку топологии подразделяют на:
   1) проводные, релейные, спутниковые
   2) типа "Звезда", "Шина", "Кольцо"
   3) типа "Векторные", "Растровые" и "Иерархические"

2) Какой классификации сетей не существует:
   1) По масштабу и территориальной распространённости
   2) По ведомственной принадлежности
   3) По топологии
   4) По видам используемых компьютеров
   5) По типу среды передачи данных
   6) По скорости передачи данных
   7) По организации взаимодействия компьютеров

3) В кольцевой сети сигнал передаётся:
   1) в одном направлении через специальные повторители и проходит от компьютера к компьютеру.
   2) В двух направлениях от каждого компьютера

4) В сети с топологией «Шина» сигнал передаётся:
   1) в одном направлении через специальные повторители и проходит от компьютера к компьютеру.
   2) в двух направлениях от каждого компьютера

5) Физическая среда, по которой передаются информационные сигналы в сети, может представлять собой:
   1) земную атмосферу
   2) водное пространство
   3) кабель
   4) космическое пространство

6) В сетях применяют три основных типа кабеля:
   1) Кабели на основе скрученных пар медных проводов (витая пара)
   2) Коаксиальные кабели
   3) Кабели без экранирующих проводов

4) Волоконно-оптические кабели

7) Коаксиальный кабель – это:

1) кабель, в котором внутренний провод для снижения радиопомех окружён вторым экранирующим проводом.
2) кабель, представляющий собой одну или несколько пар изолированных проводников, скрученных между собой.

8) Одноранговая сеть – это:

1) сеть, в которой выделяются один или несколько компьютеров, управляющих обменом данных по сети и распределением ресурсов.
2) сеть, в которой все компьютеры равноправны. Любой пользователь сети может получить доступ к данным, хранящимся на любом компьютере.

9) Витая пара:

1) кабель, в котором внутренний провод для снижения радиопомех окружён вторым экранирующим проводом.
2) кабель, представляющий собой одну или несколько пар изолированных проводников, скрученных между собой.

10) Примером сети типа «Клиент-сервер» может быть сеть топологии:

1) "Звезда"
2) "Шина"
3) "Кольцо"

7.3.3.Темы рефератов и презентаций

Примерные темы рефератов:

1. Аналитическая машина Чарльза Бэббиджа.
2. Первые компьютеры - история появления и принципы работы.
3. Компьютеры с хранимой в памяти программой.
4. Персональные компьютеры - история появления и принципы работы.
5. Компьютеры фирмы IBM - отличительные особенности их устройства.
6. Концепция открытой архитектуры.

Примерные темы презентаций:

1. История олимпийского движения.
2. Последняя летняя олимпиада.
3. Последняя зимняя олимпиада.
4. Мой любимый вид спорта.
5. Моя любимая спортивная (футбольная, хоккейная, и т.п.) команда.
6. Мой любимый писатель.
7. Моя семья.
8. Моё самое интересное путешествие.
9. Моё увлечение.
10. Моя любимая музыкальная группа.

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

Основная литература

1. Алпацкая, Е.В. Информатика в тестах [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений физической культуры / Н. В. Бубнов, Т. А. Худобкина, Е.В. Алпацкая .— Смоленск : СГАФКСТ, 2016. — 150 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/706490

2.Курс лекций по информатике [Электронный ресурс]: Учебное пособие.— М.: РГУФКСМиТ 2011 .— 255 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/202906

3.Курс лекций по математике и информатике [Электронный ресурс]: Учебное пособие .— М.: РГУФКСМиТ, 2011 .— 219 с. — Режим доступа: https://lib.rucom.ru/efd/202909

4.Широбакина. Е.А. Курс лекций и практических занятий по информатике [Электронный ресурс]: учеб. пособие для самостоят, работы студентов ФЗО / Е.А. Широбакина .— Волгоград : ВГАФК, 2011 .— 76 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/230541

Дополнительная

1. Захарова, И.Г. Информационные технологии в образовании [Текст] : учеб. пособие для высш. проф. образования / И. Г.Захарова. - 7-е изд., перераб. и доп. - Москва : Изд. центр "Академия", 2011. - 192 с. - (Высшее профессиональное образование).

2.Каткова, Т.В. Основы информатики: учеб. пособие / Т.В.Каткова, Н.В.Бубнов. – Смоленск: [б.и.], 2013. – 127.

3.Методическое пособие по дисциплине «Информатика» Ч.3: Работа с Microsoft Office [Электронный ресурс] / МВ. Витязев .— Архангельск : Северный (Арктический) федеральный университет имени МВ. Ломоносова. 2014 .— 25 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/282760

4.Новоселов, М.А. Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины / М.А. Новоселов .— М. : РГУФКСМиТ, 2015 .— 52 с. : ил. — Авт. указан на обороте тит. л. — Режим доступа: https://rucont.ru/efd/373488

5.Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте. Учебник. / П.К.Петров. - М.: Академия, 2008. – 218 с.

6.Хованская, Т.В. Практикум по дисциплине «Информатика» [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / АЮ. Коршунова, И А Подгорная. Т.В. Хованская .— Волгоград : ВГАФК. 2011 .— 174 с.: ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efoV230557

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

1. http://ihtik.lib.ru – электронная полнотекстовая научная библиотека.
2. http://ihtik.lib.ru – электронная полнотекстовая научная библиотека.
3. www.elearningpro.ru – портал дистанционного обучения
4. www.onedrive.live.com – сервисы компании Microsoft
5. www.yandex.ru – поисковая система, сервисы Yandex
6. www.youtube.com – видеохостинг

Профессиональные базы

1. Министерство спорта РФ – Режим доступа: https://www.minsport.gov.ru/
2. Министерство науки и высшего образования РФ – Режим доступа: https://minobrnauki.gov.ru/
3. Центральная библиотека ГЦОЛИФК – Режим доступа: www.lib.sportedu.ru
4. Библиотека Сибирского государственного университета физической культуры – Режим доступа: www.lib.sibsport.ru
5. Архив журнала «Физическая культура: образование, воспитание, тренировка». - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/
6. Архив журнала "Теория и практика физической культуры".- Режим доступа: http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/
7. Электронно-библиотечная система РУКОНТ: [Электронный ресурс].- Режим доступа: https://lib.rucont.ru/search

10.Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Успешное усвоение дисциплины студентами предполагает обязательную подготовку к каждому виду занятий. Все практические занятия проводятся с использованием СВТ. Результаты всех занятий (исследований) фиксируются на внешнем носителе и предъявляются преподавателю для проверки. Объем практических занятий предполагает использование компьютерной техники, как в часы плановых занятий, так и в часы самостоятельной работы. Самостоятельная работа студента включает обязательный самоанализ результатов деятельности на всех видах занятий. Рекомендуется в ходе текущего занятия обсудить с преподавателем результаты исследований, полученные на предыдущем занятии. Индивидуальные консультации проводятся в соответствии с расписанием занятий.

11.Материально-техническое обеспечение дисциплины

№	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Ауд. 80 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов - 10; для преподавателя - 1. Мультимедийная доска - 1. Перечень технических средств обучения: рабочие станции 2 шт, принтер. Комплекты раздаточных материалов и библиотечный фонд кафедры: «Математика», «Математические методы в ФКиС», «Физика», «Информационные технологии», «Информатика».
2.	Ауд. 83 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	30 посадочных мест: для студентов - 30; для преподавателя - 1. рабочие станции – 1 шт, Проектор, экран, учебная доска для мела.
3.	Ауд. 84 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	30 посадочных мест: для студентов - 18; для преподавателя - 1.
4.	Ауд.№ 88 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов -30; для преподавателя -2. Учеб.доска для мела - 2. Перечень технических средств обучения: рабочие станции - 32 шт, проектор, экран.
5.	Аудитория № Д1 учебного корпуса №1, пр.Гагарина 21	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для

		представления информации. Количество посадочных мест: для студентов -14; для преподавателя -1. Учеб.доска для мела - 1. Перечень технических средств обучения: рабочие станции 15 шт, принтер.
6.	Читальный зал библиотеки учебного корпуса №1, пр.Гагарина21	28 посадочных мест, рабочие станции – 10 штук, принтер, ксерокс, телевизор

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер

7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано:

Ответственный за ОПОП _____ Васильева З.В.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

Рабочая программа
обсуждена на заседании кафедры
«01» июня 2026 г.
протокол № 10/26
Зав. кафедрой К.Н. Ефременков

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политики
А.В. Мазурина
«1» июня 2026 г.

Рабочая программа по дисциплине

ОСНОВЫ РОССИЙСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННОСТИ

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль программы): «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования: бакалавриат
Формы обучения: заочная
Курс – 5
Семестры – 10
Итоговая форма контроля:
зачет

Рабочую программу разработала:
доцент кафедры гуманитарных наук
к.п.н. И.А. Живуцкая

Смоленск, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта ВО ……. 3
2. Результаты обучения по дисциплине ……. 4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП …… 6
4. Объем дисциплины и виды учебной работы ……. 6
5. Содержание дисциплины ……. 7
5.1. Количество часов по видам занятий ……. 7
5.2. Содержание дисциплины по видам занятий …… 8
6. Самостоятельная работа студентов …… 16
7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации ……. 21
7.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины …… 21
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы ……. 22
7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля 22
7.2.2. Тестовые задания по дисциплине..... 23
7.2.3. Вопросы к зачету……..... 30
7.2.4. Кейсы, ситуационные задачи…… 31
8. Перечень основной и дополнительной литературы ……. 31
9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины …… 32
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины ……. 33
11. Материально-техническое обеспечение дисциплины ……. 35
ПРИЛОЖЕНИЕ 38

1. Выписка из Федерального государственного образовательного стандарта

Общая характеристика образовательных программ ФГОС ВО 3++ в рамках направления подготовки бакалавриата 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» профиль «Спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 года № 943 с изменениями, утверждёнными Приказами Минобрнауки России №1456 от 26.11.2020 г., №83 от 08.02.21 г.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования и дополнительного образования детей и взрослых, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного профессионального образования, в сфере научных исследований);

04 Культура, искусство (в сфере туризма, санаторно-курортного отдыха и лечения)

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической рекреации, в том числе спортивно-оздоровительного туризма; в сфере физического воспитания; в сфере физической культуры и массового спорта, в том числе фитнеса; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью и развитием рекреационно-оздоровительной и (или) физкультурно-спортивной организации).

Типы профессиональных задач:

- тренерские;
- педагогические;
- рекреационно-оздоровительные;
- организационно-методические;
- организационно-управленческие;
- научно-исследовательские.

При разработке и реализации программы бакалавриата организация устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата. Которая соответствует направлению подготовки в целом или конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках направления подготовки путём организации её на:

область (области) профессиональной деятельности и сферу (сферы) профессиональной деятельности выпускников;

тип (типы) задач и задачи профессиональной деятельности выпускников;

при необходимости – на объекты профессиональной деятельности выпускников или область (области) знания.

Программа бакалавриата формируется организацией в зависимости от видов учебной деятельности и требований к результатам освоения образовательной программы.

При разработке программы бакалавриата все универсальные и общепрофессиональные компетенции, а также профессиональные компетенции, отнесённые к тем видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, включаются в набор требуемых результатов освоения программы бакалавриата.

Количество часов, отведённых на занятия лекционного типа в целом по дисциплине должно составлять не более 50 процентов от общего количества часов аудиторных занятия, отведённых на реализацию Блока 1 структуры программы бакалавриата.

В результате освоения программы бакалавриата у выпускника должны быть сформированы компетенции:

УК-5. Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах.

2. Результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины «Основы российской государственности» направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.

Результаты обучения по дисциплине:	**Профессиональный стандарт и код трудовой функции**	**Формируемые компетенции**
Знать:		
фундаментальные достижения, изобретения, открытия и свершения, связанные с развитием русской земли и российской цивилизации, представлять их в актуальной и значимой перспективе; - особенности современной политической организации российского общества, природу и специфику его актуальной трансформации, ценностное обеспечение традиционных институциональных решений и	«Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» A/01.6 A/02.6 A/03.6 B/03.6 «Педагог дополнительного	УК-5

особую поливариантность взаимоотношений российского государства и общества в федеративном измерении; - фундаментальные ценностные принципы российской цивилизации (такие как единство многообразия, сила и ответственность, согласие и сотрудничество, любовь и доверие, созидание и развитие), а также перспективные ценностные ориентиры российского цивилизационного развития.	образования детей и взрослых». A/04.6 A/05.6	
Уметь:		
- адекватно воспринимать актуальные социальные и культурные различия, уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям; - находить и использовать необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими людьми информацию о культурных особенностях и традициях различных социальных групп; -проявлять в своём поведении уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории и культурных традиций мира.	«Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» A/01.6 A/02.6 A/03.6 B/03.6 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых». A/04.6 A/05.6	УК-5
Иметь опыт:		
- применения навыков	«Педагог (педагогическая	УК-5

осознанного выбора ценностных ориентиров и гражданской позиции; - применения навыков аргументированного обсуждения и решения проблем мировоззренческого, общественного и личностного характера; - применения навыков самостоятельного критического мышления.	деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» A/01.6 A/02.6 A/03.6 B/03.6 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых». A/04.6 A/05.6	

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Основы российской государственности» относится к обязательной части 1 Блока дисциплин основной образовательной программы (Б1.О.34). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 5 курсе в 10 семестре по заочной форме обучения. Итоговая форма контроля: зачет.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и навыки студента по следующим дисциплинам: «История России», «Философия».

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Рабочая программа дисциплины «Основы российской государственности» имеет трудоемкость, равную 2 зачетным единицам (72 часа)

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры
			10
Контактная работа преподавателей с обучающимися		8	8
Лекции		2	2
Практические занятия		6	6
Лабораторные работы			
Промежуточная аттестация (зачет)		4	4
Самостоятельная работа		60	60
Общая трудоемкость	**часы**	**72**	72
	ЗЕ	**2**	2

5. Содержание дисциплины
5.1. Количество часов по видам занятий

Разделы, модули, темы	Всего часов	Виды учебных работ				
		Лек-ции	Семи-нары	Практ. занятия	Лаборат. работы	Самост. работа
1	2	3	4	5	6	7
Раздел 1 Что такое Россия						
1. Россия: цифры и факты	9	1				8
Раздел 2 Российское государство-цивилизация						
2. Цивилизационный подход: возможности и ограничения	9	1				8
3. Философское осмысление России как цивилизации	5			1		5
Раздел 3 Российское мировоззрение и ценности российской цивилизации						
4. Мировоззрение и идентичность как философско-правовые категории	5			1		5
5.Мировоззренческие принципы (константы) российской цивилизации	9			1		8
Раздел 4 Политическое устройство России						
6. Конституционные принципы и разделение властей	9			1		8
7. Стратегическое планирование: национальные проекты и государственные программы	5					5
Раздел 5 Вызовы будущего и развитие страны						
8. Актуальные вызовы и проблемы развития России	8			1		7
9. Сценарии развития российской цивилизации	9			1		8

Зачет (4 часа)	4					
Всего (включая зачет)	**72**	**2**		**4**		**62**

5.2. Содержание дисциплины по видам занятий

Раздел 1 Что такое Россия

1 Лекция по теме: Россия: цифры и факты (1 час)

План

1. Объективные данные о России, её географии, ресурсах, экономике.
2. Символы России: официальные и народные.
3. Структура населения России по данным последней Всероссийской переписи населения.
4. Культура, религии и языки в России. Регионы России.
5. Факторы исторического развития России: ключевые испытания и победы страны.

Объективные и характерные данные о России, ее географии, ресурсах, экономике. Природно-географические, социально-политические и основные экономические характеристики современной России. Территория и границы, часовые пояса, климатические зоны. Природные богатства России. Выдающиеся сооружения и объекты инфраструктуры. Федеративное и этнонациональное разнообразие России. Численность населения и его общие характеристики, разнообразие регионов России. Многонациональная российская культура. Исторически обусловленное разнообразие субъектов федерации, языков и религий.

Литература: 1, 2, 3.

Изучив тему, необходимо:

знать фундаментальные достижения, изобретения, открытия и свершения, связанные с развитием русской земли и российской цивилизации, представлять их в актуальной и значимой перспективе;

уметь адекватно воспринимать актуальные социальные и культурные различия, уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям; находить и использовать необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими людьми информацию о культурных особенностях и традициях различных социальных групп;

иметь опыт применения навыков осознанного выбора ценностных ориентиров и гражданской позиции; применения навыков самостоятельного критического мышления.

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-5) компетенций.

Раздел 2 Российское государство-цивилизация

2 Лекция по теме: Цивилизационный подход: возможности и ограничения (1 час)

План

1. Проблема исторического развития в философии истории.

2. Преимущества и недостатки цивилизационного подхода.

3.Детерминанты и характеристики цивилизаций в концепциях А. Тойнби, О. Шпенглера, С. Хантингтона.

Проблема исторического развития в философии истории. Понятие цивилизации. Государства-нации и государства-цивилизации. Определение цивилизационного подхода и его базовых категорий (цивилизация, прогресс, стадии развития, цикличность, «столкновение цивилизаций», многополярность, детерминизм, релятивизм, глобализация, «евразийство»). Преимущества и недостатки цивилизационного подхода. Развитие цивилизационного подхода (локальный и стадиальный). Концептуализация (формирование) понятия «цивилизация» в трудах Ф. Гизо, В. Мирабо, И. Гердера, М. Кондорсе, Ж.Ж. Руссо. Типология цивилизаций в зарубежной мысли XIX-XX века. Детерминанты и характеристики цивилизаций в концепциях А. Тойнби, О. Шпенглера, С. Хантингтона. Марксистская теория цивилизации.

Литература: 1, 2, 3, 4, 5.

Изучив тему, необходимо:

знать фундаментальные ценностные принципы российской цивилизации (такие как единство многообразия, сила и ответственность, согласие и сотрудничество, любовь и доверие, созидание и развитие), а также перспективные ценностные ориентиры российского цивилизационного развития;

уметь адекватно воспринимать актуальные социальные и культурные различия, уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям; проявлять в своём поведении уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории и культурных традиций мира;

иметь опыт применения навыков осознанного выбора ценностных ориентиров и гражданской позиции; применения навыков аргументированного обсуждения и решения проблем мировоззренческого, общественного и личностного характера; применения навыков самостоятельного критического мышления.

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-5) компетенций.

3 Практическое занятие по теме: Философское осмысление России как цивилизации (1 час)

Исторические, географические, институциональные основания формирования российской цивилизации: история многонационального

(наднационального) характера общества, перехода от имперской организации к федеративному государству, межцивилизационного диалога за пределами России (и внутри нее). Роль и миссия России в работах различных отечественных и зарубежных философов, историков, политиков, деятелей культуры. Становление российской школы цивилизационной мысли в XVIII в. в трудах А.Д. Кантемира, В.Н. Татищева, А.Н. Радищева. Российская цивилизационная мысль в XIX в. (К.Н. Леонтьев, Н.Я. Данилевский, И.В. Киреевский, К.С. Аксаков, М.П. Погодин, П.Я. Чаадаев, А.С. Хомяков, Ю.В. Самарин, Н.Г. Чернышевский, В.Г. Белинский, А.И. Герцен, Н.А. Добролюбов, Д.И. Писарев, П.Л. Лавров). Российские цивилизационные теории в XX в. (Н.А. Бердяев, Н.О. Лосский, С.Н. Булгаков, И.А. Ильин, С.Л. Франк, Ф.А. Степун, Ю.И. Айхенвальд, Л.П. Карсавин, М.А. Осоргин, А.А. Кизеветтер, П.А. Сорокин). Современная «цивилизационная революция» в России.

Контрольные вопросы

1. Исторические, географические, институциональные основания формирования российской цивилизации.

2. Роль и миссия России в работах философов, историков, политиков, деятелей культуры.

3. Современная «цивилизационная революция» в России.

Литература: 1, 2, 3, 4, 5.

Изучив тему, необходимо:

знать фундаментальные ценностные принципы российской цивилизации (такие как единство многообразия, сила и ответственность, согласие и сотрудничество, любовь и доверие, созидание и развитие), а также перспективные ценностные ориентиры российского цивилизационного развития;

уметь адекватно воспринимать актуальные социальные и культурные различия, уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям; проявлять в своём поведении уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории и культурных традиций мира;

иметь опыт применения навыков осознанного выбора ценностных ориентиров и гражданской позиции; применения навыков аргументированного обсуждения и решения проблем мировоззренческого, общественного и личностного характера; применения навыков самостоятельного критического мышления.

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-5) компетенций.

Раздел 3 Российское мировоззрение и ценности российской цивилизации

4 Практическое занятие по теме: Мировоззрение и идентичность как философско-правовые категории (1 час)

Понятие и сущность мировоззрения. Мировоззрение как функциональная система. Категории, характеризующие мировоззрение: «культура» и «культурный код», «традиция», «ментальность» («менталитет»), «идеология», «идентичность». Исторические типы мировоззрения: мифологическое мировоззрение, религиозное мировоззрение, философское мировоззрение, научное мировоззрение. Структурные компоненты мировоззрения: онтологический, гносеологический, антропологический, телеологический, аксиологический; знания, идеи, принципы, убеждения, ценности, идеалы; миропонимание, мироощущение, миропостижение. Системная модель мировоззрения. Экзистенциальные ценности: жизнь, смерть, любовь, свобода, творчество.

Контрольные вопросы:

1. Мировоззрение как функциональная система.
2. Исторические типы мировоззрения.
3. Миропонимание, мироощущение, миропостижение: содержание и соотношение категорий.

Литература: 1, 2, 3, 4, 5.

Изучив тему, необходимо:

знать фундаментальные достижения, изобретения, открытия и свершения, связанные с развитием русской земли и российской цивилизации, представлять их в актуальной и значимой перспективе; фундаментальные ценностные принципы российской цивилизации (такие как единство многообразия, сила и ответственность, согласие и сотрудничество, любовь и доверие, созидание и развитие), а также перспективные ценностные ориентиры российского цивилизационного развития;

уметь находить и использовать необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими людьми информацию о культурных особенностях и традициях различных социальных групп; проявлять в своём поведении уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории и культурных традиций мира;

иметь опыт применения навыков осознанного выбора ценностных ориентиров и гражданской позиции; применения навыков аргументированного обсуждения и решения проблем мировоззренческого, общественного и личностного характера; применения навыков самостоятельного критического мышления.

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-5) компетенций.

5. Практическое занятие по теме: Мировоззренческие принципы (константы) российской цивилизации (1 час)

Мировоззренческая система российской цивилизации. Факторы самобытности исторического развития России. Ценностные основания (константы) российской цивилизации: единство многообразия, сила и ответственность, согласие и сотрудничество, любовь и доверие, созидание и развитие. Ценности справедливости, правды, служения, солидарности. Русская национальная идея и ее значение для духовной жизни нации. Роль патриархальной культуры, традиционных ценностей и патриотизма в укреплении российской государственности. Концептуальные подходы к определению патриотизма. Образы патриотизма в русской культуре. Трансформация традиционных ценностей в условиях глобальных вызовов современности. Актуальные социологические данные о российской идентичности.

Контрольные вопросы:

1. Высшие ценности государства.
2. Идеология и ее функции.
3. Исторический опыт формирования государственной идеологии России.

Литература: 1, 2, 5.

Изучив тему, необходимо:

знать особую поливариантность взаимоотношений российского государства и общества в федеративном измерении; фундаментальные ценностные принципы российской цивилизации (такие как единство многообразия, сила и ответственность, согласие и сотрудничество, любовь и доверие, созидание и развитие), а также перспективные ценностные ориентиры российского цивилизационного развития;

уметь уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям; проявлять в своём поведении уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории и культурных традиций мира;

иметь опыт применения навыков осознанного выбора ценностных ориентиров и гражданской позиции; применения навыков самостоятельного критического мышления.

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-5) компетенций.

Раздел 4 Политическое устройство России

6. Практическое занятие по теме: Конституционные принципы и разделение властей (1 час)

Власть и легитимность в конституционном преломлении. Возникновение и развитие идеи разделения властей. Содержание принципа разделения властей. Разделение властей как принцип демократической организации государства. Основы конституционного строя современной России. Роль гуманистического начала в Конституции Российской Федерации и его влияние на развитие России. Конституционное закрепление принципа разделения властей в России. Особенности конституционного разделения

государственной власти на законодательную, исполнительную и судебную. Президент Российской Федерации в системе разделения властей. Система сдержек и противовесов и ее конституционное содержание в России. Уровни организации власти в РФ.

Контрольные вопросы:

1. Признаки государства.
2. Основы конституционного строя Российской Федерации.
3. Организация государственного управления в Российской Федерации.

Литература: 2, 4, 5.

Изучив тему, необходимо:

знать ценностное обеспечение традиционных институциональных решений и особую поливариантность взаимоотношений российского государства и общества в федеративном измерении;

уметь адекватно воспринимать актуальные социальные и культурные различия, проявлять в своём поведении уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории и культурных традиций мира;

иметь опыт применения навыков осознанного выбора ценностных ориентиров и гражданской позиции; применения навыков самостоятельного критического мышления.

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-5) компетенций.

7. Практическое занятие по теме: Стратегическое планирование: национальные проекты и государственные программы (внеаудиторно)

Институт стратегического планирования в современной России. Приоритеты долгосрочного развития и повышения эффективности государственного управления в России 9 на основе прогнозирования. Инструменты стратегического планирования – национальные проекты и программы. Актуальные государственные программы и их значение: Стратегия национальной безопасности, Концепция внешней политики, Концепция технологического развития (технологический суверенитет), современные концепции в сфере высшего образования; Концепция информационной политики судебной системы и иные концепции в сфере правосудия. Развивающиеся национальные проекты: Демография, Здравоохранение, Образование, Наука и университеты, Культура, Цифровая экономика, Производительность труда, Международная кооперация и экспорт, Экология и другие.

Контрольные вопросы:

1. Институт стратегического планирования в современной России.
2. Приоритеты долгосрочного развития и повышения эффективности государственного управления в России.
3. Обзор развивающихся национальных проектов в сфере образования и

здравоохранения.
Литература: 2, 4, 5.
Изучив тему, необходимо:

знать фундаментальные достижения, изобретения, открытия и свершения, связанные с развитием русской земли и российской цивилизации, представлять их в актуальной и значимой перспективе; особенности современной политической организации российского общества, природу и специфику его актуальной трансформации;

уметь адекватно воспринимать актуальные социальные и культурные различия, уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям; находить и использовать необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими людьми информацию о культурных особенностях и традициях различных социальных групп;

иметь опыт применения навыков осознанного выбора ценностных ориентиров и гражданской позиции; применения навыков самостоятельного критического мышления.

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-5) компетенций.

Раздел 5 Вызовы будущего и развитие страны

8. Практическое занятие по теме: Актуальные вызовы и проблемы развития России (1 час)

Понятие и сущность цивилизационных вызовов. Классификация вызовов: глобальные и локальные, внешние и внутренние, технологические, политические, культурные, демографические, духовные вызовы. Глобальные тренды и особенности мирового развития. Актуальные проблемы техногенного характера: сценарии развития цифровых технологий, «искусственного интеллекта», цифровое неравенство и «сетевой феодализм», «надзорный капитализм» и перенасыщенное информационное пространство. Способы преодоления вызовов обществом. Роль и возможности России в решении ключевых проблем, альтернатива российских предложений и инициатив по решению существующих проблем. Цивилизационное развитие России в контексте формирования идей противодействия современным политизированным вызовам.

Контрольные вопросы:

1. Классификация цивилизационных вызовов: глобальные и локальные, внешние и внутренние, технологические, политические, культурные, демографические, духовные вызовы (с примерами).
2. Способы преодоления вызовов обществом.
3. Цивилизационное развитие России в контексте формирования идей противодействия современным политизированным вызовам.

Литература: 1, 2, 4, 5.
Изучив тему, необходимо:

знать фундаментальные достижения, изобретения, открытия и свершения, связанные с развитием русской земли и российской цивилизации,

представлять их в актуальной и значимой перспективе; особенности современной политической организации российского общества, природу и специфику его актуальной трансформации, ценностное обеспечение традиционных институциональных решений и особую поливариантность взаимоотношений российского государства и общества в федеративном измерении; фундаментальные ценностные принципы российской цивилизации (такие как единство многообразия, сила и ответственность, согласие и сотрудничество, любовь и доверие, созидание и развитие), а также перспективные ценностные ориентиры российского цивилизационного развития;

уметь адекватно воспринимать актуальные социальные и культурные различия, уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям; находить и использовать необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими людьми информацию о культурных особенностях и традициях различных социальных групп; проявлять в своём поведении уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории и культурных традиций мира;

иметь опыт применения навыков осознанного выбора ценностных ориентиров и гражданской позиции; применения навыков аргументированного обсуждения и решения проблем мировоззренческого, общественного и личностного характера; применения навыков самостоятельного критического мышления.

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-5) компетенций.

9. Практическое занятие по теме: Сценарии развития российской цивилизации (1 час)

Будущее России – производная от принимаемых российским государством и народом идентичных для России ценностей. Проектная цепочка: ценности – цели – проблемы (как препятствия достижения целей) – средства (как способы решения проблем) – результат. Желаемый образ будущего для России как достижение ее ценностных целей. Максимизация 10 11 возможностей приближения к идеалам как путь воплощения идентичных ценностей. Современные вызовы и риски России в гражданском, социокультурном аспектах, классифицируемые по уровню угроз: политические, технологические, информационные, демографические, финансовые. Потенциал России (ресурсная база, историко-культурное наследие и опыт обеспечения сосуществования различных народов и культур) и его роль в преодолении цивилизационных вызовов. Человеческий капитал российского общества как ресурс преодоления вызовов (интеллектуальный, социальный, сетевой, научно образовательный капитал). Ключевые сценарии перспективного развития России.

Контрольные вопросы:

1. Проектная цепочка: ценности – цели – проблемы (как препятствия достижения целей) – средства (как способы решения проблем) – результат.

2. Желаемый образ будущего для России как достижение ее ценностных целей.

3. Потенциал России и его роль в преодолении цивилизационных вызовов.

4. Ключевые сценарии перспективного развития России.

Литература: 1, 2, 3, 4, 5.

Изучив тему, необходимо:

знать фундаментальные достижения, изобретения, открытия и свершения, связанные с развитием русской земли и российской цивилизации, представлять их в актуальной и значимой перспективе; особенности современной политической организации российского общества, природу и специфику его актуальной трансформации, ценностное обеспечение традиционных институциональных решений и особую поливариантность взаимоотношений российского государства и общества в федеративном измерении; фундаментальные ценностные принципы российской цивилизации (такие как единство многообразия, сила и ответственность, согласие и сотрудничество, любовь и доверие, созидание и развитие), а также перспективные ценностные ориентиры российского цивилизационного развития;

уметь адекватно воспринимать актуальные социальные и культурные различия, уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям; находить и использовать необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими людьми информацию о культурных особенностях и традициях различных социальных групп; проявлять в своём поведении уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории и культурных традиций мира;

иметь опыт применения навыков осознанного выбора ценностных ориентиров и гражданской позиции; применения навыков аргументированного обсуждения и решения проблем мировоззренческого, общественного и личностного характера; применения навыков самостоятельного критического мышления.

Изучение темы направлено на формирование универсальных (УК-5) компетенций.

6. Самостоятельная работа студентов

При изучении раздела студент самостоятельно готовится по следующим темам:

№ п/п	Содержание работы Темы занятий	Количество часов	Виды контроля

Раздел 1 Что такое Россия			
1.	1. Россия: цифры и факты Вопросы и задания для самостоятельной работы 1. Официальные символы России. 2. Неформальные символы России 3. Положительная и отрицательная роль ключевых особенностей страны (территориальная протяженность, ресурсная обеспеченность и т.д.) 4. Представление и обсуждение актуальных социологических данных о России	8	Тест. Доклад. Сообщение. Реферат. Опрос. Кейс-задание.
Раздел 2 Российское государство-цивилизация			
2.	2. Цивилизационный подход: возможности и ограничения Вопросы и задания для самостоятельной работы 1. Гражданское общество - цель и результат, степень развития государства. 2. Хантингтон С. «Столкновение цивилизаций» 3. Социокультурная динамика и эволюционизм П.А. Сорокина	8	Тест. Доклад. Сообщение. Реферат. Опрос. Кейс-задание.
3.	3. Философское осмысление России как цивилизации Вопросы и задания для самостоятельной работы 1. Анализ применения циклических и линейных моделей развития к уникальному историческому пути России 2. Культурно-исторические типы Н.Я. Данилевского 3. Натуралистический подход к развитию цивилизации по Л.И. Мечникову	5	Тест. Доклад. Сообщение. Реферат. Опрос. Кейс-задание.

Раздел 3 Российское мировоззрение и ценности российской цивилизации			
4.	4. Мировоззрение и идентичность как философско-правовые категории Вопросы и задания для самостоятельной работы 1. Концепция эволюционизма (О.Конт, Г. Спенсер, Э. Дюркгейм) 2. Теории модернизации У. Ростоу, Ш. Эйзенштадт, Д. Лернер. 3. Мир-системный анализ И. Валлерстайн, Дж. Арриги.	5	Тест. Доклад. Сообщение. Реферат. Опрос. Кейс-задание.
5.	5.Мировоззренческие принципы (константы) российской цивилизации Вопросы и задания для самостоятельной работы 1. Аксиология. Терминальные и инструментальные ценности 2. Методика оценки ценностных ориентаций по М. Рокичу 3. Соотношение ценностей свободы и ответственности в трудах российских авторов	8	Тест. Доклад. Сообщение. Реферат. Опрос. Кейс-задание.
Раздел 4 Политическое устройство России			
6.	6. Конституционные принципы и разделение властей Вопросы и задания для самостоятельной работы 1. История развития конституционного права в России 2. Принцип разделения властей, реализуемый в соответствии с Конституцией РФ	8	Тест. Доклад. Сообщение. Реферат. Опрос. Кейс-задание.
7.	7. Стратегическое планирование: национальные проекты и государственные программы	5	Тест. Доклад. Сообщение.

	Вопросы и задания для самостоятельной работы 1. Национальные проекты России: 2. Продолжительная и активная жизнь 3. Семья 4. Новые технологии сбережения здоровья 5. Молодежь и дети		Реферат. Опрос. Кейс-задание.
Раздел 5 Вызовы будущего и развитие страны			
8.	8. Актуальные вызовы и проблемы развития России Вопросы и задания для самостоятельной работы 1. Как достичь «цифрового суверенитета» в условиях санкционного давления? (Охватывает проблемы импортозамещения, микроэлектроники, ИИ и утечки мозгов) 2. Как остановить депопуляцию и сокращение трудовых ресурсов при низкой рождаемости и высокой смертности? (Акцент на демографический кризис, старение населения и дефицит кадров) 3. Как трансформировать «сырьевую иглу» в диверсифицированную экономику с высоким уровнем переработки и инноваций? (Проблема зависимости от экспорта нефти и газа, голландская болезнь, структурная перестройка) 4. Как уменьшить пространственное неравенство (разрыв «Москва vs. регионы») и остановить деградацию малых городов и сельских территорий?	7	Тест. Доклад. Сообщение. Реферат. Опрос. Кейс-задание.

	(Вызовы регионального развития, инфраструктурные ограничения, внутренняя миграция)		
9.	9. Сценарии развития российской цивилизации Вопросы и задания для самостоятельной работы 1. Технооптимизм 2. Глобальный коллапс 3. Зеленый переход 4. Кастовое будущее	8	Тест. Доклад. Сообщение. Реферат. Опрос. Кейс-задание.
Всего		62	

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы студентов представлено:

- развернутыми тестами лекций по темам дисциплины;
- презентациями по темам дисциплины;
- методическими рекомендациями по самостоятельной подготовке, содержащимися в данной рабочей программе.

Список литературы по темам, изучаемым студентами самостоятельно.

1. Городилов, А. А. Государственное устройство и право : учебник : [16+] / А. А. Городилов. – Изд. 3-е, перераб. и доп. – Москва : Директ-Медиа, 2023. – 428 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=696159 (дата обращения: 18.05.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-3412-3. – DOI 10.23681/696159. – Текст : электронный.

2. Фролова, Н. А. Основы российской государственности : учебно-методическое пособие : [16+] / Н. А. Фролова ; Липецкий государственный педагогический университет им. П. П. Семенова-Тян-Шанского, Институт истории, права и общественных наук, Кафедра философии [и др.]. – Липецк : Липецкий государственный педагогический университет им. П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2024. – 85 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=718157 (дата обращения: 18.05.2026). – Текст : электронный.

3. Харичев, А. Д. Основы российской государственности : учебное пособие / А. Д. Харичев, А. В. Полосин, А. В. Селезнева. – Москва : Дело, 2024. – 450 с. : ил., табл. – (Библиотека ДНК России). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=718744 (дата обращения: 18.05.2026). – ISBN 978-5-85006-627-7. – Текст : электронный.

4. Шаповалова-Гупал, Т. А. Факторы формирования и развития русской культуры : учебное пособие / Т. А. Шаповалова-Гупал ; Томский государственный архитектурно-строительный университет. – Томск : Томский государственный архитектурно-строительный университет (ТГАСУ), 2024. – 160 с. : ил. – (Учебники ТГАСУ). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=731375 (дата обращения: 18.05.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-6051704-1-9. – Текст : электронный.
5. Юхно, А. С. Основы российской государственности : учебно-методическое пособие / А. С. Юхно ; Президентская академия. – Москва : Дело, 2023. – 116 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=719355 (дата обращения: 18.05.2026). – Библиогр.: с. 96. – ISBN 978-5-85006-544-7. – Текст : электронный.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

7.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Компетенции	**Трудовые функции (при наличии)**	**Индикаторы достижения компетенций**
УК-5. Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах.	**01.001** Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель учитель) A/01.6 – Общепедагогическая функция. Обучение A/02.6 – Воспитательная деятельность A/03.6 – Развивающая деятельность B/03.6 –Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования **01.003.** «Педагог дополнительного образования детей и взрослых». A/04.6 Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной	**Знает (пороговый уровень):** – фундаментальные достижения, изобретения, открытия и свершения, связанные с развитием русской земли и российской цивилизации, представлять их в актуальной и значимой перспективе; - особенности современной политической организации российского общества, природу и специфику его актуальной трансформации, ценностное обеспечение традиционных институциональных решений и особую поливариантность взаимоотношений российского государства и общества в федеративном измерении; - фундаментальные ценностные принципы российской цивилизации (такие как единство многообразия, сила и ответственность, согласие и сотрудничество, любовь и доверие, созидание и развитие), а также перспективные ценностные ориентиры российского цивилизационного развития. **Умеет (стандартный уровень):** - адекватно воспринимать актуальные социальные и культурные различия, уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям;

	общеобразовательной программы. А/05.6 Разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы.	- находить и использовать необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими людьми информацию о культурных особенностях и традициях различных социальных групп; -проявлять в своём поведении уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории и культурных традиций мира. **Имеет опыт (эталонный уровень):** - применения навыков осознанного выбора ценностных ориентиров и гражданской позиции; - применения навыков аргументированного обсуждения и решения проблем мировоззренческого, общественного и личностного характера; - применения навыков самостоятельного критического мышления.

Уровни оценки ожидаемых результатов:

• Пороговый – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.

• Стандартный – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.

• Эталонный – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

7.2.1. Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Текущий контроль по дисциплине «Основы российской государственности» осуществляется на практических занятиях в формах опроса, тестирования, проверки письменных работ, рефератов, докладов, сообщений. Содержание практических занятий и контрольные вопросы к ним указаны в п. 5 Тестовые задания по дисциплине – в п. 7.2.2.

Промежуточный контроль осуществляется в форме зачета, проходящего в традиционной форме – устный ответ студента по билету.

7.2.2. Тестовые задания по дисциплине

Тестовые задания по дисциплине.

Инструкция

При контроле усвоенных студентами знаний по дисциплине «Основы российской государственности» с помощью тестовых заданий, целесообразно использовать контрольные листы, содержащие вопросы в напечатанном виде.

На выполнение теста, содержащего 20 вопросов, студентам отводится 40 минут. При выполнении тестового задания, студентам следует учитывать, что на один вопрос может более одного правильного варианта ответа. При выборе студентом большего или меньшего числа правильных вариантов ответа, ответ оценивается как неверный.

Студенты отмечают ответы на специальных бланках.

Образец бланка

Бланк ответов																				
ФИО_____ № группы_____ Вариант №__																				
№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Ответ																				

Критерии оценки тестирования:

«5» - 95% - 100% правильных ответов;

«4» - 80% - 95% правильных ответов;

«3» - 60% - 80% правильных ответов;

«2» - менее 60% правильных ответов.

Ключ к тестовым заданиям:

№ вопроса	Вариант вопроса
1	а
2	В
3	Б
4	В
5	Б
6	В
7	Б
8	В
9	В
10	Б

11	А
12	В
13	Б
14	А
15	Б
16	Г
17	Б
18	Б
19	В
20	Б
21	А
22	Б
23	А
24	А
25	Г
26	Б
27	А
28	В
29	А
30	В
31	В
32	В
33	В
34	Б
35	Б
36	Б
37	В
38	А
39	В
40	Б

1. Какой документ является основным законом Российской Федерации?
а) Конституция РФ
б) Декларация прав человека
в) Федеративный договор
г) Указ Президента РФ
2. Когда была принята действующая Конституция РФ?
а) 12 декабря 1991 года
б) 12 июня 1990 года
в) 12 декабря 1993 года
г) 7 ноября 1917 года
3. Кто является гарантом Конституции РФ, прав и свобод человека и гражданина?

а) Председатель Правительства РФ
б) Президент РФ
в) Председатель Совета Федерации
г) Генеральный прокурор РФ

4. Согласно Конституции, Россия – это:
а) президентская республика
б) парламентская республика
в) смешанная республика (президентско-парламентская)
г) конституционная монархия

5. Какие три ветви власти выделяются в Российской Федерации?
а) законодательная, судебная, местного самоуправления
б) законодательная, исполнительная, судебная
в) федеральная, региональная, муниципальная
г) президентская, парламентская, правительственная

6. Кто осуществляет законодательную власть в РФ на федеральном уровне?
а) Правительство РФ
б) Президент РФ
в) Федеральное Собрание РФ
г) Верховный Суд РФ

7. Из каких двух палат состоит Федеральное Собрание РФ?
а) Государственная Дума и Общественная палата
б) Совет Федерации и Государственная Дума
в) Совет Федерации и Конституционное Собрание
г) Государственная Дума и Счетная палата

8. Сколько субъектов входит в состав Российской Федерации на 2025 год?
а) 83
б) 85
в) 89
г) 92

9. Какой из перечисленных субъектов РФ не является республикой?
а) Татарстан
б) Дагестан
в) Краснодарский край
г) Карелия

10. Государственными символами Российской Федерации являются:
а) флаг, герб, Конституция
б) флаг, герб, гимн
в) герб, гимн, Красная книга
г) флаг, гимн, Кремль

11. Каковы цвета Государственного флага РФ (сверху вниз)?
а) белый, синий, красный
б) красный, синий, белый

в) белый, красный, синий
г) синий, белый, красный

12. Что изображено на Государственном гербе РФ?

а) двуглавый орёл с тремя коронами
б) Георгий Победоносец, поражающий змея, на фоне одноглавого орла
в) золотой двуглавый орёл на красном щите
г) серебряный всадник на коне

13. Кто имеет право вносить законопроекты в Государственную Думу?

а) только депутаты Госдумы
б) Президент, Правительство, депутаты, Совет Федерации, региональные парламенты и др. (право законодательной инициативы)
в) только Президент
г) только Правительство

14. В каком году состоялся первый всенародный референдум в современной России?

а) 1991
б) 1993
в) 1990
г) 1995

15. Кто возглавляет исполнительную власть в Российской Федерации?

а) Председатель Правительства РФ
б) Президент РФ
в) Генеральный прокурор
г) Председатель Верховного Суда

16. Какое образование не является формой прямого волеизъявления граждан?

а) выборы
б) референдум
в) сход граждан
г) парламентское расследование

17. Как называется принцип, означающий, что законы и иные правовые акты не должны противоречить Конституции РФ?

а) федерализм
б) верховенство Конституции
в) разделение властей
г) политический плюрализм

18. В каком году было принято постановление Верховного Совета РСФСР «О провозглашении государственного суверенитета Российской Советской Федеративной Социалистической Республики»?

а) 1917
б) 1990
в) 1991
г) 1993

19. Кто является Верховным Главнокомандующим Вооруженными Силами РФ?
а) Министр обороны РФ
б) Начальник Генерального штаба
в) Президент РФ
г) Председатель Правительства РФ
20. С какого возраста гражданин РФ может быть избран Президентом РФ (с учетом поправок 2020 года)?
а) 21 год
б) 30 лет
в) 35 лет
г) 40 лет
21. Какой орган осуществляет в РФ контроль за исполнением федерального бюджета?
а) Счетная палата РФ
б) Министерство финансов
в) Генеральная прокуратура
г) Общественная палата
22. Что из перечисленного относится к принципам российского федерализма?
а) право выхода субъекта из состава РФ
б) равноправие субъектов во взаимоотношениях с федеральными органами
в) возможность отмены решений федеральных властей субъектами
г) отсутствие единого гражданства
23. Какая идеология, согласно Конституции РФ, не может устанавливаться в качестве государственной?
а) любая
б) консервативная
в) либеральная
г) социалистическая
24. Кто имеет право помилования осужденных в РФ?
а) Президент РФ
б) Председатель Верховного Суда
в) Генеральный прокурор
г) Совет Федерации
25. Каким правом не обладают граждане РФ?
а) избирать и быть избранными
б) участвовать в референдуме
в) собираться мирно, без оружия
г) создавать вооруженные формирования
26. Как называется высший судебный орган по гражданским, уголовным, административным делам в РФ?
а) Конституционный Суд РФ
б) Верховный Суд РФ

в) Арбитражный Суд РФ
г) Европейский Суд по правам человека

27. Кто назначает Председателя Правительства РФ (по действующей Конституции после поправок 2020 года)?

а) Президент с согласия Государственной Думы
б) Государственная Дума
в) Президент самостоятельно
г) Совет Федерации

28. Какой документ определяет основы устройства местного самоуправления в РФ?

а) Федеральный закон № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в РФ»
б) Указ Президента
в) Конституция РФ (глава 8) и федеральные законы
г) Постановление Правительства

29. В каком году Россия принята в Совет Безопасности ООН в качестве постоянного члена (как правопреемница СССР)?

а) 1945
б) 1991
в) 1956
г) 1993

30. Что из перечисленного относится к исключительному ведению Российской Федерации?

а) образование
б) охрана окружающей среды
в) оборона и безопасность
г) здравоохранение

31. Как называется принцип, по которому в России признается многообразие форм собственности?

а) социальная справедливость
б) свобода экономической деятельности
в) равенство форм собственности (частная, государственная, муниципальная и др.)
г) государственный капитализм

32. Кто является Председателем Совета Федерации Федерального Собрания РФ (на начало 2025 года)?

а) В.В. Путин
б) М.В. Мишустин
в) В.И. Матвиенко
г) В.В. Володин

33. Какой праздник отмечается в России 12 июня?

а) День народного единства
б) День Конституции

в) День России
г) День Государственного флага

34. В каком порядке Президент РФ может быть отрешен от должности?

а) по решению Верховного Суда
б) по инициативе Государственной Думы и заключению Верховного и Конституционного судов, Советом Федерации
в) по решению Правительства
г) по итогам референдума

35. Какой орган власти не относится к федеральным органам государственной власти?

а) Министерство внутренних дел
б) Правительство Красноярского края
в) Государственная Дума
г) Верховный Суд

36. Что из перечисленного является официальным толкованием Конституции РФ?

а) комментарии ученых-правоведов
б) постановления Конституционного Суда РФ
в) указы Президента
г) разъяснения Верховного Суда

37. Как называется форма государственного устройства России?

а) унитарное государство
б) конфедерация
в) федеративное государство
г) автономия

38. Кто имеет право приостанавливать действие актов исполнительной власти субъектов РФ в случае их противоречия федеральному законодательству?

а) Президент РФ
б) Генеральный прокурор
в) Конституционный Суд
г) Председатель Правительства РФ

39. Какой период времени составляет срок полномочий Президента РФ (согласно поправкам 2020 года)?

а) 4 года
б) 5 лет
в) 6 лет
г) 7 лет

40. Как называется свод основных направлений внутренней и внешней политики государства, закрепляемый в Конституции РФ?

а) стратегия национальной безопасности
б) основы конституционного строя
в) государственная программа

г) федеральный закон

7.2.3. Вопросы к зачету

1. Объективные данные о России, её географии, ресурсах, экономике.
2. Символы России: официальные и народные.
3. Структура населения России по данным последней Всероссийской переписи населения.
4. Культура, религии и языки в России. Регионы России.
5. Факторы исторического развития России: ключевые испытания и победы страны.
6. Проблема исторического развития в философии истории.
7. Преимущества и недостатки цивилизационного подхода.
8. Детерминанты и характеристики цивилизаций в концепциях А. Тойнби, О. Шпенглера, С. Хантингтона.
9. Исторические, географические, институциональные основания формирования российской цивилизации.
10. Роль и миссия России в работах философов, историков, политиков, деятелей культуры.
11. Современная «цивилизационная революция» в России.
12. Мировоззрение как функциональная система.
13. Исторические типы мировоззрения.
14. Миропонимание, мироощущение, миропостижение: содержание и соотношение категорий.
15. Высшие ценности государства.
16. Идеология и ее функции.
17. Исторический опыт формирования государственной идеологии России.
18. Признаки государства.
19. Основы конституционного строя Российской Федерации.
20. Организация государственного управления в Российской Федерации.
21. Институт стратегического планирования в современной России.
22. Приоритеты долгосрочного развития и повышения эффективности государственного управления в России.
23. Обзор развивающихся национальных проектов в сфере образования и здравоохранения.
24. Классификация цивилизационных вызовов: глобальные и локальные, внешние и внутренние, технологические, политические, культурные, демографические, духовные вызовы (с примерами).
25. Способы преодоления вызовов обществом.
26. Цивилизационное развитие России в контексте формирования идей противодействия современным политизированным вызовам.
27. Проектная цепочка: ценности – цели – проблемы (как препятствия достижения целей) – средства (как способы решения проблем) –

результат.

28. Желаемый образ будущего для России как достижение ее ценностных целей.
29. Потенциал России и его роль в преодолении цивилизационных вызовов.
30. Ключевые сценарии перспективного развития России.
31. Официальные символы России.
32. Неформальные символы России
33. Анализ применения циклических и линейных моделей развития к уникальному историческому пути России
34. Цивилизационный подход к развитию общества в работах Н.Я. Данилевского и Л.И. Мечникова
35. Аксиология. Терминальные и инструментальные ценности
36. Соотношение ценностей свободы и ответственности в трудах российских историков и философов (на выбор студента)
37. История развития конституционного права в России
38. Принцип разделения властей, реализуемый в соответствии с Конституцией РФ
39. Национальные проекты России
40. Сценарии развития российской цивилизации.

Критерии оценки знаний студентов на зачете

«Зачтено» - содержательный ответ, полностью раскрывающий логику вопроса и не требующий значительных уточнений и дополнений.

«Неудовлетворительно» - студент испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя.

7.2.4. Кейсы, ситуационные задачи

Примеры кейсов, применяемых на практических занятиях по дисциплине «Основы российской государственности», представлены в разделе «Приложение».

8. Перечень основной и дополнительной литературы

Рекомендуемая литература (основная)

1. Фролова, Н. А. Основы российской государственности : учебно-методическое пособие : [16+] / Н. А. Фролова ; Липецкий государственный педагогический университет им. П. П. Семенова-Тян-Шанского, Институт истории, права и общественных наук, Кафедра философии [и др.]. – Липецк : Липецкий государственный педагогический университет им. П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2024. – 85 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=718157 (дата обращения: 18.05.2026). – Текст : электронный.

2. Харичев, А. Д. Основы российской государственности : учебное пособие / А. Д. Харичев, А. В. Полосин, А. В. Селезнева. – Москва : Дело, 2024. – 450 с. : ил., табл. – (Библиотека ДНК России). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=718744 (дата обращения: 18.05.2026). – ISBN 978-5-85006-627-7. – Текст : электронный.
3. Юхно, А. С. Основы российской государственности : учебно-методическое пособие / А. С. Юхно ; Президентская академия. – Москва : Дело, 2023. – 116 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=719355 (дата обращения: 18.05.2026). – Библиогр.: с. 96. – ISBN 978-5-85006-544-7. – Текст : электронный.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

4. Городилов, А. А. Государственное устройство и право : учебник : [16+] / А. А. Городилов. – Изд. 3-е, перераб. и доп. – Москва : Директ-Медиа, 2023. – 428 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=696159 (дата обращения: 18.05.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-3412-3. – DOI 10.23681/696159. – Текст : электронный.
5. Шаповалова-Гупал, Т. А. Факторы формирования и развития русской культуры : учебное пособие / Т. А. Шаповалова-Гупал ; Томский государственный архитектурно-строительный университет. – Томск : Томский государственный архитектурно-строительный университет (ТГАСУ), 2024. – 160 с. : ил. – (Учебники ТГАСУ). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=731375 (дата обращения: 18.05.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-6051704-1-9. – Текст : электронный.

9. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины

Интернет-источники:

1. Институт философии Российской академии наук [Электронный ресурс]: официальный сайт. – Режим доступа*:* https://iphras.ru/ (Дата обращения 17.05.26)
2. Словари и энциклопедии на Академике [Электронный ресурс]: официальный сайт. – Режим доступа: https://dic.academic.ru/(Дата обращения 17.05.26)
3. Стэндфордская философская энциклопедия: переводы избранных статей [Электронный ресурс]: официальный сайт. – Режим доступа*:* http://www.philosophy.ru/(Дата обращения 17.05.26)

Электронные библиотеки

1. Электронно-библиотечная система «Национальный цифровой ресурс Руконт». – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/

2. http://www.elibrary.ru - eLIBRARY.RU (Научная электронная библиотека) - крупнейший российский информационно-аналитический портал.

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

Изучение дисциплины «Основы российской государственности» осуществляется в традиционных формах учебных занятий: лекции, практические занятия, самостоятельная работа во внеаудиторной обстановке. Кроме того, ряд занятий проходит в интерактивной форме.

Лекция предназначена для изложения преподавателем систематизированных основ научных знаний по дисциплине, аналитической информации о дискуссионных проблемах, состоянии и перспективах развития исторической науки. На лекции, как правило, поднимаются наиболее сложные, узловые вопросы учебной дисциплины.

В ходе лекции студенту целесообразно:

Стремиться не к дословной записи излагаемого преподавателем учебного материала, а к осмыслению услышанного и записи своими словами основных фактов, мыслей лектора; вырабатывать навыки тезисного изложения и написания учебного материала, вести записи «своими словами», вместе с тем, не допуская искажения или подмены смысла научных выражений. Определения, на которые обращает внимание преподаватель либо словами, либо интонацией, следует записывать четко, дословно. Как правило, такие определения преподаватель повторяет несколько раз или дает под запись.

Выработать удобную и понятную для себя систему сокращений и условных обозначений. Это экономит время, позволяет записывать материал каждой лекции почти дословно, дает возможность сконцентрировать внимание на содержании излагаемого материала, а не на механическом процессе конспектирования.

По окончанию лекции целесообразно дорабатывать ее конспект во время самостоятельной работы в тот же день, в крайнем случае, не позднее, чем спустя 2-3 дня после ее прослушивания. Это важно потому, что еще не забыт учебный материал лекции, студент находится под ее впечатлением, как правило, ясно помнит указания преподавателя, хорошо осознает, что ему непонятно из материала лекции.

Практическое занятие – это занятие, проводимое под руководством преподавателя в учебной аудитории, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы. В процессе таких занятий вырабатываются практические умения (навыки анализа; использования справочных материалов; разработки собственных проектов, решения поставленных задач и пр.). Перед практическим занятием следует изучить конспект лекции и рекомендованную преподавателем литературу, обращая внимание на практическое применение теории и на методику решения типовых заданий. На

практическом занятии главное - уяснить связь поставленных задач с теоретическими положениями.

Логическая связь лекций и практических занятий заключается в том, что информация, полученная на лекции, в процессе самостоятельной работы на практическом занятии осмысливается и перерабатывается, при помощи преподавателя анализируется до мельчайших подробностей, после чего прочно усваивается.

Самостоятельная работа с источниками информации

В наше время источники информации существует в двух формах: традиционной (бумажной) и электронной. В Интернете существуют целые библиотеки, располагающие десятками тысяч электронных текстов. Сегодня в обществе преобладает мнение, что печатная книга и её компьютерный текст дополняют друг друга. Используя электронный вариант книги или статьи значительно быстрее подготовить на его базе реферат, контрольную работу, подогнать текст своей работы под требуемый учебным заданием объём.

Требования и критерии оценивания рефератов, докладов и сообщений.

Тема реферата, доклада или сообщения указывается преподавателем заранее и в каждом случае соответствует содержанию практического занятия.

Требуемый размер текста: для сообщения: 1-3 печатных листов формата А4; для доклада: 5-8 печатных листов формата А4; для реферата: 15 до 20 печатных листов формата А4. Шрифт Times New Roman, кегль 14, межстрочный интервал 1,5.

В составе текста рефератов должны быть следующие части: титульный лист, содержание, введение, основная часть, заключение и список литературы. Во вводной части формулируются цель реферата и актуальность рассматриваемой темы. В заключительной части формулируются собственные выводы из рассмотренного материала.

В списке литературы должны быть правильно и подробно оформлены бумажные и электронные источники информации.

Цитаты в тексте (а также любые материалы, которые буквально пересказаны) приводятся обязательно с точной ссылкой на источник из списка литературы; цитируемые слова выделяются кавычками. Желательно, чтобы объем цитат не превышал пятой части от каждой страницы. Ссылка с указанием источника делается в виде постраничных сносок (внизу страницы), либо в квадратных скобках (в основном тексте).

Оформление сообщений и докладов аналогично оформлению рефератов, однако допускается отсутствие внутренней структуры текста (содержание, введение, основная часть, заключение).

Темы сообщений, докладов и рефератов приведены в разделе 6

Подготовка к зачету.

Залогом успешной сдачи зачета является систематическая работа над учебной дисциплиной в течение семестров. Накануне и в период зачетной недели необходима и целенаправленная подготовка к зачету.

Готовясь к зачету, лучше всего сочетать повторение по примерным контрольным вопросам с параллельным повторением по программе учебной дисциплины.

Если в распоряжении студента есть несколько дней на подготовку к зачету, то целесообразно определить график прохождения вопросов из расчета, чтобы осталось время на повторение наиболее трудных.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
Аудитория № 419 - помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 60; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см. Перечень технических средств обучения: ноутбук ASUS M51Ta ZM80/4gb/320 gb/dvd-sm, проектор Optoma EX762 progector (стационарный), доска Inteactivy 1280 с антибликовым покрытием;	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение № лицензии 23041709220 65924300631, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250499 Node 1 year Educational Renewal License;
Аудитория № 410 - помещение для занятий Практическое занятиеского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 42; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная трёхэлементная300*100см.	ПО отсутствует

Аудитория № 411 - помещение для занятий Практическое занятиеского типа, групповых занятий, индивидуальных консультаций; текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы	Укомплектованы специализированной мебелью. Количество посадочных мест: для студентов – 36; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная трёхэлементная 300*130 см.	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение № лицензии 2304170922065924300631, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250499 Node 1 year Educational Renewal License;
Аудитория № 412 - помещение для занятий лекционного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации	Укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения для представления информации. Количество посадочных мест: для студентов – 60; для преподавателя – 1. Учебная доска для мела настенная магнитная одноэлементная 100*159см.	Системное ПО, операционная система Microsoft Open License, тип лицензии ACADEMIC, номер лицензии 60443815, продукт Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No level, Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN 1 License No level Legalization Get Genuine; Антивирусное программное обеспечение № лицензии 2304170922065924300631, PN: KL4863RATFQ, продукт Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250499 Node 1 year Educational Renewal License;

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано:
ответственный за ОПОП Васильева З.В

ПРИЛОЖЕНИЕ

Кейс-задания

1. «Цифровой раскол»
Ситуация:
В социальной сети одного из российских городов разгорелся скандал. Группа молодых блогеров запустила флешмоб, пропагандирующий гедонизм, потребление как высшую ценность и свободу от любых обязательств перед обществом. Посты мгновенно стали вирусными, набрав миллионы просмотров среди подростков. В ответ группа ветеранов и педагогов создала петицию с требованием заблокировать блогеров и привлечь их к ответственности за «разложение молодёжи». Администрация города оказалась в растерянности: с одной стороны – принципы свободы слова и самовыражения, с другой – необходимость защиты традиционных устоев.

Вопросы для обсуждения и задачи:

1. Сформулируйте правовую и моральную коллизию данного кейса. Кто в этой ситуации прав, а кто нет? Есть ли здесь «третья сторона»?
2. Опираясь на перечень традиционных российских духовно-нравственных ценностей, официально утверждённых в РФ, составьте аргументированное заключение о том, противоречит ли деятельность блогеров государственной политике по защите традиционных ценностей.
3. Разработайте план воспитательных и просветительских мероприятий для данной возрастной группы, который был бы альтернативой простой блокировке и мог бы увлечь молодёжь (например, создание позитивного контента, наставничество).
4. Какую роль в разрешении подобных конфликтов может сыграть институт семьи и системы образования?

2. «Энергетический удар»
Ситуация:
В результате действий международного террористического альянса был выведен из строя ключевой газопровод, по которому осуществлялись поставки энергоносителей в Европу. Экономики приграничных с РФ стран оказались на грани коллапса. Правительство этих государств в панике обращается к России с просьбой о помощи. Однако позиции в руководстве РФ разделились: одни настаивают на немедленном восстановлении поставок в рамках гуманитарной помощи, другие предлагают использовать ситуацию для пересмотра всех предыдущих контрактов в пользу РФ, третьи – занять выжидательную позицию. Ситуация осложняется тем, что собственные резервные мощности России ограничены.

Вопросы для обсуждения и задачи:

1. Проанализируйте возможные варианты действий российской власти с точки зрения политических и экономических последствий. Какой вариант в наибольшей степени соответствует национальным интересам РФ?
2. Какие меры должна предпринять Россия для обеспечения своей энергетической и экономической безопасности в будущем, чтобы минимизировать зависимость от транзитных государств и внешних рисков?
3. Используя знания о политическом устройстве, определите, кто именно в российской системе власти (какие ведомства и уровни) должен быть задействован в принятии этого судьбоносного решения.
4. Какие международно-правовые и дипломатические инструменты может использовать Россия для привлечения к ответственности террористов и их спонсоров?

3. «Своих не бросаем»
Ситуация:
В результате наводнения оказался полностью отрезан от внешнего мира небольшой посёлок (500 жителей) в труднодоступной местности. Официальные спасательные службы и МЧС могут добраться туда только через трое суток из-за размытых дорог и отсутствия вертолётной площадки в плохую погоду. Однако группа местных жителей, бывших военных и добровольцев самостоятельно организует лодочную переправу через бурную реку, доставляет еду, медикаменты и эвакуирует детей и больных. В ходе спасательной операции двое добровольцев получают серьёзные травмы. Власти выражают благодарность, но отмечают, что действия были стихийными и нескоординированными с профессиональными спасателями, что создавало дополнительные риски.

Вопросы для обсуждения и задачи:

1. Как соотносятся государственная монополия на спасение жизней (организованная помощь) и гражданская инициатива (самоорганизация) в экстремальных ситуациях? Есть ли здесь противоречие?
2. Какие законодательные и организационные изменения вы бы предложили, чтобы легализовать, координировать и поддерживать добровольческие спасательные отряды (например, страховка, статус, подготовка, каналы оповещения)?
3. Оцените моральный аспект: правильно ли поступили добровольцы, рискнув собой? Должно ли государство компенсировать им лечение и инвалидность, если они действовали самовольно?
4. Как опыт ЧС и взаимопомощи в России (пандемия, пожары, наводнения) отражает базовую ценность «солидарность», зафиксированную в доктринальных документах? Приведите примеры.

4. «Двойной портрет» (Раздел «Историческая память и гражданская идентичность»)
Ситуация:
В городе, носящем имя видного государственного деятеля Российской империи (например, графа Воронцова или князя Потёмкина), местная общественная организация предлагает установить ему памятник. Однако другая группа активистов находит архивные документы, свидетельствующие о том, что этот деятель в молодости участвовал в подавлении крестьянского восстания, а позже применял жёсткие методы управления на присоединённых территориях. В соцсетях разворачивается ожесточённая дискуссия: «он – жестокий каратель и крепостник» против «он – создатель городов, флота и экономического процветания». Вопрос о памятнике выносится на общественные слушания.

Вопросы для обсуждения и задачи:

1. В чём заключается методологическая сложность оценки исторических деятелей прошлого? Допустимо ли судить их по современным моральным нормам?
2. Предложите критерии, по которым можно было бы оценивать «цензуру исторической памяти»: что считать вкладом в становление и укрепление российской государственности, а что – несовместимым с народной памятью?
3. Какой компромиссный вариант может удовлетворить обе стороны? Например, памятник не «герою без пороков», а «сложной фигуре» с пояснительной стелой, музейная экспозиция «личность на фоне эпохи», памятник-аллегория.
4. Какова роль образования и профессиональных историков в разрешении подобных конфликтов памяти?