

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

**СТАРОБЕЛЬСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ (ФИЛИАЛ)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего
образования «Луганский государственный педагогический университет»
(Старобельский факультет (филиал) ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

Кафедра физической культуры и охраны жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Старобельского факультета (филиала)
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»



Маршуба И.В.
«15» сентября 2023 г.

Приложение к рабочей программе учебной дисциплины

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по
дисциплине

Рекреационный туризм

По направлению подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки: Физкультурное образование

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очная, заочная

Курс: ОФО 2 курс (3 семестр), ЗФО 4 курс (С семестр)

Разработчик:
ассистент кафедры
физической культуры и охраны жизнедеятельности

Тетерев М.М.

«1» сентября 2023 г.

Старобельск, 2023

1 ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1 Область применения

Фонд оценочных средств (ФОС) - неотъемлемая часть рабочей программы дисциплины (модуля) «Рекреационный туризм» и предназначен для контроля и оценки образовательных достижений студентов, освоивших программу дисциплины (модуля).

1.2. Цели и задачи фонда оценочных средств

Цель дисциплины – усвоить содержание, организацию и проведение туристических походов, способствовать формированию профессиональных технических умений и навыков, действий в процессе усвоения и выполнения элементов туристической техники.

Задача – приобрести навыки элементов туристической техники. Ознакомить студентов с туристическими маршрутами ЛНР и России, обеспечение охраны жизни и здоровья обучающихся во время образовательного процесса.

1.3. Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения основной образовательной программы

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций и индикаторов их достижения:

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	1.1_Б.ОПК-6	Знает: <ul style="list-style-type: none">- социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта;- место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта;- цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры;- гигиенические средства восстановления;- гигиенические принципы закаливания;- значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности;- понятие «пищевой статус».
	2.1_Б.ОПК-6	Умеет: <ul style="list-style-type: none">- использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях;

		<ul style="list-style-type: none"> - определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.
	3.1_Б.ОПК-6	Владеет: <ul style="list-style-type: none"> - навыками обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - навыками владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки; - навыками организации встреч обучающихся с известными спортсменами.

1.4. Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности

Этапы формирования компетенций	Компетенции	Контрольно-оценочные средства
История развития туризма. Классификация туризма. Виды и формы туризма. Особенности туристического путешествия пешком.	ОПК-6	Устный опрос. Конспект. Тесты
Особенности туристического путешествия в горах. Движение по пересеченной местности. Организация и проведение лыжного похода. Особенности путешествия по воде.	ОПК-6	Устный опрос. Конспект. Тесты

1.5. Описание показателей формирования компетенций

Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
1.1_Б.ОПК-6	Знает: <ul style="list-style-type: none"> - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной

	деятельности; - понятие «пищевой статус».
2.1_Б.ОПК-6	Умеет: - использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.
3.1_Б.ОПК-6	Владеет: - навыками обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - навыками владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки; - навыками организации встреч обучающихся с известными спортсменами.

1.6. Критерии оценивания компетенций на разных этапах их формирования

Система оценивания учебных достижений студентов очной формы обучения

Вид текущей учебной работы	Количество баллов
Практические задания (5 бал. * 10 занятий)	50
Самостоятельная работа	20
Зачет	30
Итого за семестр:	100

Система оценивания учебных достижений студентов заочной формы обучения

Вид текущей учебной работы	Количество баллов
Практические задания (20 бал. * 3 занятий)	60
Самостоятельная работа	20
Зачет	20
Итого за семестр:	100

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбалльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90-100	A – отлично – теоретическое содержание	Зачтено

		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	
Хорошо	83-89	В – очень хорошо – 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	75-82	С – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; 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 виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетворительно	63-74	Д – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетворительно	50-62	Е – посредственно – 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	
Неудовлетворительно	21-49	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не	Не зачтено

		выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение	
Неудовлетворительно	0-20	F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий.	

2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

2.1 Оценочные средства текущего контроля (типовые).

Вопросы для устного опроса:

1. Роль спортивно-оздоровительного туризма в формировании духовного и физического облика гражданина.
2. Воспитательные спортивные и рекреационные возможности походов.
3. Пешеходный туризм. Особенности вида. Районы походов. Препятствия.
4. Лыжный туризм. Особенности вида. Районы походов. Препятствия.
5. Горный туризм. Особенности вида. Районы походов. Препятствия.
6. Водный туризм. Особенности вида. Районы походов. Препятствия.
7. Страховка и самостраховка.
8. Безопасность в пешеходном туризме – основное требование к походам.
9. Безопасность в лыжном туризме – основное требование к походам.
10. Безопасность в горном туризме – основное требование к походам.
11. Безопасность в водном туризме – основное требование к походам.
12. Выживание при попадании в воду.
13. Выживание при замерзании.
14. Выживание в лесу.
15. Требования к личному снаряжению туристического похода.
16. Требования к групповому снаряжению туристического похода.
17. Требования к специальному снаряжению туристического похода.
18. Особенности планирования маршрута в рекреационном туризме.

19. Требования к укладке рюкзака.
20. Порядок и темп движения группы в водном путешествии.
21. Порядок и темп движения группы в лыжном путешествии.
22. Ориентирование с помощью компаса карты, магнитное склонение, азимут.
23. Компас и его детали.
24. Ориентирование без карты и компаса, по часам и солнцу, по полярной звезде, по луне, по местным предметам.
25. Определение расстояния по линейным размерам предметов.
26. Привалы и ночлеги.
27. Установка и оборудование палаток.
28. Принципы определения туризма. Понятия путешествия. Современные представления о феномене туризма.
29. Туристский продукт. Туроператоры и турагенты, особенности их деятельности.
30. Рекреационное и спортивное направления туризма, их характеристика.
31. Виды туризма и их особенности. Типология туристов.
32. Предыстория туризма. Античный туризм, туризм средних веков.
33. Этапы развития туризма в России, их характеристика.
34. Развитие детско-юношеского туризма
35. Рекреационный туризм, его содержание и формы.
36. Содержание и формы спортивного туризма, особенности туризма как вида спорта.
37. Экстремальный туризм, его особенности и разновидности.
38. Туристская подготовка и тренировка; их основные задачи в приложении к спортивно-оздоровительному туризму.
39. Содержание, разделы и этапы туристской подготовки.
40. Структура тренировочного процесса в туризме, цикличность и сезонность.
41. Техника туризма, ее основные элементы.
42. Тактика туризма, ее основные элементы.
43. Психологическая тактика руководства туристической группой.
44. Понятие туристского похода, их классификация. 3
45. Одно-трехдневный поход (поход выходного дня). Разновидности маршрутов походов выходного дня.
46. Маршруты рекреационно-оздоровительных походов, их характеристика. 41. Маршруты многодневных спортивных походов, их характеристика.
47. Маршрутно-квалификационные комиссии, их организация, задачи и порядок деятельности.
48. Выбор района и составление плана похода.
49. Подготовка походной документации. Маршрутный лист.

50. Подготовка отчета о прохождении маршрута. Требования к отчету, порядок и сроки представления.

50. Карты местности, их классификация, топографические карты.

51. Ориентирование на маршруте. Основные ориентиры.

52. Ориентирование карты на местности. Определение точки стояния.

53. Компас, разновидности и характеристика. Понятие азимута, движение по азимуту.

54. Методы определения сторон света и азимута без компаса.

55. Определение расстояний на местности.

56. Организация питания в походе, энергетическая ценность и ассортимент продуктов.

57. Упаковка и хранение продуктов в походе.

58. Режим питания в походе.

59. Индивидуальное снаряжение туриста, основные требования.

60. Спальные мешки. Разновидности, характеристика.

61. Туристские рюкзаки. Разновидности, характеристика.

62. Укладка рюкзака. Основные ошибки и их последствия.

63. Общественное снаряжение группы туристов. 66. Палатки. Разновидности, характеристика.

64. Походная аптечка. Основные составляющие и их назначение.

65. Организация движения на маршруте. Режим движения, привалы.

66. Техника преодоления основных препятствий: сухопутные препятствия (склоны, завалы, заболоченные участки).

67. Техника преодоления основных препятствий: водные препятствия (переправы).

68. Привалы, биваки, лагеря. Разновидности, требования, техника обустройства.

69. Костер. Виды костров, приготовление пищи.

70. Техника установки палатки. Размещение туристов в палатке.

71. Природоохранные мероприятия в походе.

72. Условия выполнения разрядных требований в туризме.

73. Соревнования в спортивном туризме, их разновидности и организация. 77. Соревнования по туристской технике, основные этапы. Соревнование по глазомерной топографической съемке.

74. Туристский слет, порядок проведения и требования к обеспечению безопасности.

75. Полевой туристский лагерь. Цели и порядок его организации.

76. Требования к оборудованию базового лагеря. Зоны, выделяемые в лагере. 81. Обеспечение безопасности в туристском походе. Основной принцип безопасного похода – постепенный набор опыта.

77. Объективные и субъективные причины несчастных случаев. Роль человеческого фактора. Профилактика несчастных случаев.

78. Медицинское обеспечение в походе. Медицинский контроль и противопоказания к участию в туристских походах.

79. Основные виды травм в походе и оказание экстренной помощи.

80. Заболевания в походе и оказания экстренной помощи.
Энцефалитный клещ – профилактика укусов.

Темы для подготовки реферативной работы:

1. Особенности туристического путешествия в горах.
2. Техника и тактика в туризме.
3. Ориентирование на местности.
4. Организация и проведение туристической поездки.
5. Особенности туристического путешествия пешком.
6. Особенности туристического путешествия в горах.
7. Техника вязания узлов.
8. Движение группы на маршруте (организация переправ).
9. Движение по пересеченной местности.
10. Особенности путешествия по воде.
11. Организация и проведение лыжного похода.
12. Путешествия и безопасность.
13. Туристическими маршрутами России.
14. Особенности автомототуризма.
15. Медицинское обеспечение туристических мероприятий и гигиена туриста.
16. История развития туризма.
17. Классификация туризма.
18. Роль спортивно-оздоровительного туризма в формировании духовного и физического облика гражданина.
19. Воспитательные спортивные и рекреационные возможности походов.
20. Пешеходный туризм. Особенности вида. Районы походов. Препятствия.
21. Лыжный туризм. Особенности вида. Районы походов. Препятствия.
22. Горный туризм. Особенности вида. Районы походов. Препятствия.
23. Водный туризм. Особенности вида. Районы походов. Препятствия.
24. Страховка и самостраховка.
25. Ориентирование с помощью компаса карты, магнитное склонение, азимут.
26. Компас и его детали.
27. Ориентирование без карты и компаса, по часам и солнцу, по полярной звезде, по луне, по местным предметам.
28. Определение расстояния по линейным размерам предметов.
29. Привалы и ночлеги.
30. Установка и оборудование палаток.

2.2 Оценочные средства для промежуточной аттестации (зачёт)

Тестовые задания