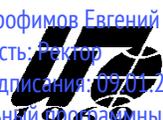


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Трофимов Евгений Николаевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 09.06.2022 16:00:24
Уникальный программный ключ:
c379adf0ad4f91cbbf100b7fc3323cc41cc52545



Образовательное частное учреждение высшего образования
«Российская международная академия туризма»

Факультет менеджмента туризма
Кафедра физического воспитания и спортивного туризма

Принято Ученым Советом
«15» июня 2022 г.
Протокол № 02-06-03

УТВЕРЖДАЮ
Первый проректор
В.Ю. Питюков
14 июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Спортивный туризм и ориентирование»

по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент
Профиль «Международный менеджмент в туризме»
квалификация (степень) выпускника – бакалавр
Б1.УОО.ДВ.01.01

Рассмотрено и одобрено
на заседании кафедры
протокол №10 от 25.05.2022

Разработчик: Баранов Е.И., к.п.н.,
кафедра физического воспитания и
спортивного туризма

Химки 2022

1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины - формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- сформировать понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- дать знания научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- сформировать мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- дать систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций, представленных в компетентностной карте дисциплины в соответствии с ФГОС ВО, компетентностной моделью выпускника, определенной вузом и представленной в ООП, и содержанием дисциплины (модуля):

Категория компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной деятельности УК-7.2. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной профессиональной деятельности	Знает научно-практические основы физической культуры и спорта, здорового образа жизни, необходимого для полноценной социальной и профессиональной деятельности Умеет применять разнообразные средства физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, физического самосовершенствования, формирования здорового

			образа жизни с целью обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности Владеет способами поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
--	--	--	--

3. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Спортивный туризм и ориентирование» относится к дисциплинам части, формируемая участниками образовательных отношений блока 1 ОПОП.

Компетенция УК-7 кроме дисциплины «Физическая культура и спорт» (элективная дисциплина) Спортивный туризм и ориентирование» формируется также и на других этапах реализации ООП:

Этапы формирования компетенции.

Код дисциплин	Наименование учебных дисциплин ООП	Этапы формирования компетенций учебной дисциплины							
		1	2	3	4	5	6	7	8
<i>Предшествующая</i>									
Б1.УОО.ДВ.01.01	«Физическая культура и спорт»	+							

Дисциплины, сопутствующие данной дисциплине: отсутствуют.

Дисциплины, последующие данной дисциплине: отсутствуют.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

4.1. Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры				
		2	3	4	5	6
Контактная работа обучающихся с преподавателем, в том числе:	314	68	64	64	72	46
занятия лекционного типа (ЗЛТ)						
лабораторные работы (ЗСТ (ЛР))						
практические занятия (ЗСТ ПР)	298	64	60	60	68	42
групповые консультации, и (или) индивидуальную работу обучающихся с педагогическими работниками ор-	10	2	2	2	2	2

ганизации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации) (ГК)						
групповые консультации по подготовке курсового проекта (работы)	-	-	-	-	-	-
контактная работа при проведении промежуточной аттестации (в том числе при оценивании результатов курсового проектирования (выполнения курсовых работ) (ПА конт)	10	2	2	2	2	2
Самостоятельная работа обучающегося (СРО), в том числе	10	2	2	2	2	2
СРуз - самостоятельная работа обучающегося при подготовке к учебным занятиям и курсовым проектам (работам)						
СРпа - самостоятельная работа обучающегося при подготовке к промежуточной аттестации	10	2	2	2	2	2
Форма промежуточной аттестации	зачет					
Общая трудоемкость дисциплины: часы зачетные единицы	324	70	66	66	74	48

4.2. Очно-заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры				
		2	3	4	5	6
Контактная работа обучающихся с преподавателем, в том числе:	70	14	14	14	14	14
занятия лекционного типа (ЗЛТ)						
лабораторные работы (ЗСТ (ЛР))						
практические занятия (ЗСТ ПР)	50	10	10	10	10	10
групповые консультации, и (или) индивидуальную работу обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации) (ГК)	10	2	2	2	2	2
групповые консультации по подготовке курсового проекта (работы)	-	-	-	-	-	-
контактная работа при проведении промежуточной аттестации (в том числе при оценивании результатов курсового проектирования (выполнения курсовых работ) (ПА конт)	10	2	2	2	2	2
Самостоятельная работа обучающегося (СРО), в том числе	258	54	58	54	58	34
СРуз - самостоятельная работа обучающегося при подготовке к учебным занятиям и курсовым проектам (ра-	248	52	56	52	56	32

ботам)						
СРпа - самостоятельная работа обучающегося при подготовке к промежуточной аттестации	10	2	2	2	2	2
Форма промежуточной аттестации	зачет					
Общая трудоемкость дисциплины: часы зачетные единицы	328	68	66	66	74	48

4.3. Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курсы		
		1	2	3
Контактная работа обучающихся с преподавателем, в том числе:	50	10	20	20
занятия лекционного типа (ЗЛТ)				
лабораторные работы (ЗСТ (ЛР))				
практические занятия (ЗСТ ПР)	30	6	12	12
групповые консультации, и (или) индивидуальную работу обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации) (ГК)	10	2	4	4
групповые консультации по подготовке курсового проекта (работы)				
контактная работа при проведении промежуточной аттестации (в том числе при оценивании результатов курсового проектирования (выполнения курсовых работ) (ПА конт)	10	2	4	4
Самостоятельная работа обучающегося (СРО), в том числе	278	54	112	112
СРуз - самостоятельная работа обучающегося при подготовке к учебным занятиям и курсовым проектам (работам)	258	50	104	104
СРпа - самостоятельная работа обучающегося при подготовке к промежуточной аттестации	20	4	8	8
Форма промежуточной аттестации	зачет			
Общая трудоемкость дисциплины: часы зачетные единицы	328	64	132	132

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов и тем дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела
	Практический	
1	Учебно-тренировочные занятия по теоретической и психологической подготовке	Виды туризма, их особенности. Возможность преодоления значительных расстояний в различных видах туризма, широкого познания достопримечательностей страны. Освоение правильной тактики движения, знания

		особенностей движения группой, умения правильно реагировать на различные дорожные ситуации. Повышения уровня технических знаний, умение обслуживать технику. Психические процессы, возникающие при физической нагрузке Психологическая самоподготовка к старту, воспитание воли и регулирование эмоций. Использование методов и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
2	Учебно-тренировочные занятия по общефизической подготовке	Упражнения, направленные на развитие быстроты, силы, гибкости, выносливости, бег по пересеченной местности. Упражнения с предметами и без предметов, с отягощением, в парах, акробатические упражнения. Игры с элементами общеразвивающих упражнений. Совершенствование специальных физических качеств спортсмена - турмногорца: быстроты, силы, гибкости, выносливости.
3	Учебно-тренировочные занятия по специальной физической подготовке	Специальные беговые упражнения, бег с внезапной сменой направления. Различные игры и игровые упражнения, выполняемые в быстром темпе, упражнения на равновесие, приседания с отягощением, упражнения с предметами, в парах. Упражнения для развития силы отдельных мышечных групп (туловища, рук, ног) без предметов и с предметами (набивными мячами, гантелями, резиновыми амортизаторами). Совершенствование специальных физических качеств: быстроты, силы, гибкости, выносливости.
4	Учебно-тренировочные занятия по технике спортивного туризма (пешеходный, горный, водный туризм)	Личное прохождение технических этапов на дистанциях 2 класса в соревнованиях по спортивному туризму (дистанция - пешеходная) городского уровня. Организация самостраховки при прохождении технических этапов. Отработка скорости работы на этапах. Командное прохождение технических этапов на дистанциях 2 класса в соревнованиях по спортивному туризму (дистанция – пешеходная - связка, группа) городского уровня. Организация командной страховки и самостраховки. Отработка скорости работы на техническом этапе. Организация этапов в соответствии с регламентом на дистанциях 2 класса в соревнованиях по спортивному туризму (дистанция - пешеходная – группа, связка) городского уровня. Распределение обязанностей между участниками при прохождении дистанции. Распределение скоростно-силовых качеств по дистанции в личных и командных соревнованиях. Тактика расстановки членов команды в туристской эстафете. Составление тактического плана прохождения дистанции.
5	Учебно-тренировочные занятия по спортивному ориентированию и ориентированию на туристских маршрутах	Память (кратковременная, оперативная, долговременная), развитие памяти карты, контроль расстояния. Развитие специализированных восприятий ориентировщика - чувства расстояния, скорости, направления движения. Развитие навыков беглого чтения карты. Опережающее чтение карты, чтение карты «по большому пальцу», слежение за местностью с одновременным чтением карты, измерение расстояний на местности по времени, глазомерно, интуитивно, контроль расстояния с помощью деталей карты, с использованием толщины пальцев, направление, выход на КП с различных привязок (последних, дополнительных, задних). Техника кроссового бега по дорожкам и тропинкам: на ровных участках, подъемах, спусках. Движение по лесу различной проходимости, заболоченным местам, твердому и каменистому грунту. Особенности техники передвижения по сильно пересеченной, скалистой местности.

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

5.2.1. Очная форма обучения

№	Наименование разделов и тем дисциплины	Формируемая компетенция	Всего часов	Контактная работа с обучающимися (час.)				СРО
				Итого	в том числе			
					ЗЛТ	ЗСТ (ЛР)	ЗСТ (ПР)	
1	Учебно-тренировочные занятия по теоретической и психологической подготовке	УК-7	50	50		50		

2	Учебно-тренировочные занятия по общефизической подготовке	УК-7	62	62			62		
3	Учебно-тренировочные занятия по специальной физической подготовке	УК-7	62	62			62		
4	Учебно-тренировочные занятия по технике спортивного туризма (пешеходный, горный, водный туризм)	УК-7	62	62			62		
5	Учебно-тренировочные занятия по спортивному ориентированию и ориентированию на туристских маршрутах	УК-7	58	58			62		
	Групповые консультации, и (или) индивидуальная работа обучающихся	УК-7	10	10				5	
	Промежуточная аттестация (зачет)	УК-7	20	10				5	10
	Всего часов		324	314			298	10	10

5.2.2. Очно-заочная форма обучения

№	Наименование разделов и тем дисциплины	Формируемая компетенция	Всего часов	Контактная работа с обучающимися (час.)				СРО	
				Итого	в том числе				
					ЗЛТ	ЗСТ (ЛР)	ЗСТ (ПР)		ГК/ПА
1	Учебно-тренировочные занятия по теоретической и психологической подготовке	УК-7	50	50			10		50
2	Учебно-тренировочные занятия по общефизической подготовке	УК-7	62	62			10		50
3	Учебно-тренировочные занятия по специальной физической подготовке	УК-7	62	62			10		50
4	Учебно-тренировочные занятия по технике спортивного туризма (пешеходный, горный, водный туризм)	УК-7	62	62			10		25
5	Учебно-тренировочные занятия по спортивному ориентированию и ориентированию на туристских маршрутах	УК-7	58	58			10		25
	Групповые консультации, и (или) индивидуальная работа обучающихся	УК-7	14	10				5	50
	Промежуточная аттестация (зачет)	УК-7	20	10				5	8
	Всего часов		328	314			50	10	258

5.2.3. Заочная форма обучения

№	Наименование разделов и тем дисциплины	Формируемая компетенция	Всего часов	Контактная работа с обучающимися (час.)				СРО	
				Итого	в том числе				
					ЗЛТ	ЗСТ (ЛР)	ЗСТ (ПР)		ГК/ПА
1	Учебно-тренировочные занятия по теоретической и психологической подготовке	УК-7	44	2			2		42
2	Учебно-тренировочные занятия по общефизической подготовке	УК-7	60	6			6		54

3	Учебно-тренировочные занятия по специальной физической подготовке	УК-7	60	6			6		54
4	Учебно-тренировочные занятия по технике спортивного туризма (пешеходный, горный, водный туризм)	УК-7	62	8			8		54
5	Учебно-тренировочные занятия по спортивному ориентированию и ориентированию на туристских маршрутах	УК-7	62	8			8		54
	Групповые консультации, и (или) индивидуальная работу обучающихся	УК-7	10	10				5	
	Промежуточная аттестация (зачет)	УК-7	30	10				5	20
	Всего часов		328	50			30	10	278

6. Контактная и самостоятельная работа обучающихся

Контактная работа при проведении учебных занятий по дисциплинам (модулям) включает в себя: занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками РМАТ и (или) лицами, привлекаемыми РМАТ к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся) и (или) занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и иные аналогичные занятия), и (или) групповые консультации, и (или) индивидуальную работу обучающихся с педагогическими работниками РМАТ и (или) лицами, привлекаемыми РМАТ к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации).

Занятия лекционного типа проводятся в соответствии с объемом и содержанием, представленным в таблице раздела 5.

При проведении учебных занятий по дисциплине обеспечивается развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая при необходимости проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, содержание дисциплины (модуля) составлено на основе результатов научных исследований, проводимых РМАТ, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей).

6.1. Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.)

Тема 1 Учебно-тренировочные занятия по теоретической и психологической подготовке

Цель занятия: Учебно-тренировочные занятия по теоретической и психологической подготовке

Компетенции: **УК-7.** Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Тип занятия: занятие семинарского типа (практическое занятие)

Форма проведения: практическое занятие состоящие из трех частей: подготовительной, основной и заключительной.

Основная тема (либо проблема) для обсуждения: Виды туризма, их особенности. Возможность преодоления значительных расстояний в различных видах туризма, широкого познания достопримечательностей страны. Психические процессы, возникающие при физической нагрузке Психологическая самоподготовка к старту, воспитание воли и регулирование эмоций.

Вопросы для обсуждения:

1. Освоение правильной тактики движения, знания особенностей движения группой, умения правильно реагировать на различные ситуации.
2. Повышения уровня технических знаний и умений.

Тема 2 Учебно-тренировочные занятия по общефизической подготовке

Цель занятия: Учебно-тренировочные занятия по общефизической подготовке

Компетенции: **УК-7.** Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Тип занятия: занятие семинарского типа (практическое занятие)

Форма проведения: практическое занятие состоящие из трех частей: подготовительной, основной и заключительной.

Основная тема (либо проблема) для обсуждения: Упражнения, направленные на развитие быстроты, силы, гибкости, выносливости, бег по пересеченной местности. Упражнения с предметами и без предметов, с отягощением, в парах, акробатические упражнения.

Вопросы для обсуждения:

1. Игры с элементами общеразвивающих упражнений.
2. Совершенствование специальных физических качеств спортсмена - турмногобрца: быстроты, силы, гибкости, выносливости.

Тема 3 Учебно-тренировочные занятия по специальной физической подготовке

Цель занятия: Учебно-тренировочные занятия по специальной физической подготовке

Компетенции: **УК-7.** Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Тип занятия: занятие семинарского типа (практическое занятие)

Форма проведения: практическое занятие состоящие из трех частей: подготовительной, основной и заключительной.

Основная тема (либо проблема) для обсуждения: Специальные беговые упражнения, бег с внезапной сменой направления. Различные игры и игровые упражнения, выполняемые в быстром темпе, упражнения на равновесие, приседания с отягощением, упражнения с предметами, в парах.

Вопросы для обсуждения:

1. Упражнения для развития силы отдельных мышечных групп (туловища, рук, ног) без предметов и с предметами (набивными мячами, гантелями, резиновыми амортизаторами).
2. Совершенствование специальных физических качеств: быстроты, силы, гибкости, выносливости.

Тема 4 Учебно-тренировочные занятия по технике спортивного туризма (пешеходный, горный, водный туризм)

Цель занятия: Учебно-тренировочные занятия по технике спортивного туризма (пешеходный, горный, водный туризм)

Компетенции: **УК-7.** Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Тип занятия: занятие семинарского типа (практическое занятие)

Форма проведения: практическое занятие состоящие из трех частей: подготовительной, основной и заключительной.

Основная тема (либо проблема) для обсуждения: Личное прохождение технических этапов на дистанциях 2 класса в соревнованиях по спортивному туризму (дистанция - пешеходная)

городского уровня. Организация самостраховки при прохождении технических этапов. Отработка скорости работы на этапах. Командное прохождение технических этапов на дистанциях 2 класса в соревнованиях по спортивному туризму (дистанция – пешеходная - связка, группа) городского уровня. Организация командной страховки и самостраховки. Отработка скорости работы на техническом этапе. Организация этапов в соответствии с регламентом на дистанциях 2 класса в соревнованиях по спортивному туризму (дистанция - пешеходная – группа, связка) городского уровня.

Вопросы для обсуждения:

1. Распределение обязанностей между участниками при прохождении дистанции.
2. Распределение скоростно-силовых качеств по дистанции в личных и командных соревнованиях.
3. Тактика расстановки членов команды в туристской эстафете.
4. Составление тактического плана прохождения дистанции.

Тема 5 Учебно-тренировочные занятия по спортивному ориентированию и ориентированию на туристских маршрутах

Цель занятия: Учебно-тренировочные занятия по спортивному ориентированию и ориентированию на туристских маршрутах

Компетенции: **УК-7.** Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Тип занятия: занятие семинарского типа (практическое занятие)

Форма проведения: практическое занятие состоящие из трех частей: подготовительной, основной и заключительной.

Основная тема (либо проблема) для обсуждения: Память (кратковременная, оперативная, долговременная), развитие памяти карты, контроль расстояния. Развитие специализированных восприятий ориентировщика - чувства расстояния, скорости, направления движения. Развитие навыков беглого чтения карты. Опережающее чтение карты, чтение карты «по большому пальцу», слежение за местностью с одновременным чтением карты, измерение расстояний на местности по времени, глазомерно, интуитивно, контроль расстояния с помощью деталей карты, с использованием толщины пальцев, направление, выход на КП с различных привязок (последних, дополнительных, задних).

Вопросы для обсуждения:

1. Техника кроссового бега по дорожкам и тропинкам: на ровных участках, подъемах, спусках.
2. Движение по лесу различной проходимости, заболоченным местам, твердому и каменистому грунту.
3. Особенности техники передвижения по сильно пересеченной, скалистой местности.

6.2. Самостоятельная работа обучающихся

Тема 1 Учебно-тренировочные занятия по теоретической и психологической подготовке

Вид работы: изучение литературы по теме, выполнение самостоятельной практической работы, подготовка к семинарскому занятию.

Вопросы для самостоятельной работы:

1. Проведение студентами тематической беседы по физической культуре и спорту по заданной тематике.
2. Проведение студентами тематической беседы о значении физической тренированности

для адаптации организма человека к разнообразным условиям внешней среды.

3. Питание и контроль за массой тела при различной двигательной активности.
4. Основные положения методики закаливания.
5. Составление индивидуальной программы самовоспитания с использованием средств физической культуры и спорта.

Тема 2 Учебно-тренировочные занятия по общефизической подготовке

Вид работы: изучение литературы по теме, выполнение самостоятельной практической работы, подготовка к семинарскому занятию.

Вопросы для самостоятельной работы:

1. Использование методов самоконтроля, стандартов, индексов, номограмм, функциональных проб.
2. Самооценка и анализ выполнения обязательных тестов общефизической подготовки за период обучения.
3. Ведение личного дневника самоконтроля.

Тема 3 Учебно-тренировочные занятия по специальной физической подготовке

Вид работы: изучение литературы по теме, выполнение самостоятельной практической работы, подготовка к семинарскому занятию.

Вопросы для самостоятельной работы:

1. Обоснование индивидуального выбора вида спорта или оздоровительной системы физических упражнений и формы для регулярных занятий.
2. Методика определения профессионально значимых физических, психических и специальных качеств на основе профиограммы будущего специалиста.
3. Методика самоконтроля за уровнем развития профессионально значимых качеств и свойств личности для будущего специалиста.

Тема 4 Учебно-тренировочные занятия по технике спортивного туризма (пешеходный, горный, водный туризм)

Вид работы: изучение литературы по теме, выполнение самостоятельной практической работы, подготовка к семинарскому занятию.

Вопросы для самостоятельной работы:

1. Разработать группой проект.

Тема 5 Учебно-тренировочные занятия по спортивному ориентированию и ориентированию на туристских маршрутах

Вид работы: изучение литературы по теме, выполнение самостоятельной практической работы, подготовка к семинарскому занятию.

Вопросы для самостоятельной работы:

1. Разработать туристический маршрут.

6.3. Методические рекомендации по самостоятельной работе обучающихся и подготовке к промежуточной аттестации

Методические рекомендации по самостоятельной работе составлены с целью оптимизации процесса освоения обучающимися учебного материала.

Самостоятельная работа обучающегося направлена на углубленное изучение разделов и тем рабочей программы и предполагает изучение литературных источников, выполнение домашних заданий и контрольных работ, проведение исследований разного характера. Работа основывается на анализе материалов, публикуемых в интернете, а также реальных фактов, личных наблюдений.

Самостоятельная работа обучающегося над усвоением материала по дисциплине может выполняться в читальном зале РМАТ, специально отведенных для самостоятельной работы помещениях, посредством использования электронной библиотеки и ЭИОС РМАТ.

Содержание и количество самостоятельной работы обучающегося определяется учебным планом, методическими материалами и указаниями преподавателя.

Также самостоятельная работа включает подготовку и анализ материалов по темам пропущенных занятий.

Самостоятельная работа во внеаудиторное время включает:

- работу с лекционным материалом, предусматривающую проработку конспекта лекций;
- изучение учебной и научной литературы;
- поиск (подбор) и обзор литературы, электронных источников информации по индивидуально заданной проблеме курса, написание доклада, исследовательской работы по заданной проблеме;
- выполнение задания по пропущенной или плохо усвоенной теме;
- подготовку к практическим занятиям;
- подготовка к промежуточной аттестации.

В зависимости от выбранных видов самостоятельной работы студенты самостоятельно планируют время на их выполнение. Предлагается равномерно распределить изучение тем дисциплины.

7. Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств оформлен в форме приложения к рабочей программе дисциплины в соответствии с Методическими рекомендациями по разработке фонда оценочных средств дисциплины и является ее частью.

Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине включает в себя:

- перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы;
- описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;
- типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

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

Основная:

1. Туризм и спортивное ориентирование: курс лекций / авт.-сост. К.Г. Зеленский, А.В. Абрамов, Д.Н. Безлепкин. – Ставрополь: СКФУ, 2018.
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=562693>
2. Безопасность жизнедеятельности: учебник / под ред. Е.И. Холостовой, О.Г. Прохоровой. – 2-е изд. – Москва: Дашков и К°, 2019.
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573161>

Дополнительная:

1. Крайнов, И. В. Спортивный туризм: техническая подготовка в спортивном ориентировании: уч. пос./ И. В. Крайнов. – Омск: ОмГПУ, 2018.
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=616200>
2. Крайнов, И. В. Спортивный туризм в образовательных организациях: настольная игра «В поход! На своих двоих» как элемент теоретической подготовки к туристическому походу / И. В. Крайнов; под ред. Л. В. Азаровой. – Омск: ОмГПУ, 2020.
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=616255>
3. Куприна, Л.Е. Туристская картография: практикум / Л.Е. – Тюмень: ТГУ, 2017.
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573598>

9. Ежегодно обновляемые современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. **9.1. Обновляемые современные профессиональные базы данных**
<http://www.russiatourism.ru> - официальный сайт Федерального агентства по туризму Министерства экономического развития;

2. <http://www.rostourunion.ru/> - официальный сайт отраслевого объединения, в которое входят туроператоры, турагентства, гостиницы, санаторно-курортные учреждения, транспортные, страховые, консалтинговые, IT-компании, учебные заведения, СМИ, общественные и иные организации в сфере туризма;

3. <http://www2.unwto.org/ru> - официальный сайт Всемирной туристской организации;

4. <https://www.scopus.com> - Реферативная и справочная база данных рецензируемой литературы Scopus;

5. <https://apps.webofknowledge.com> - Политематическая реферативно-библиографическая и наукометрическая (библиометрическая) база данных Web of Science;

6. Science Alert является академическим издателем журналов открытого доступа. Также издает академические книги и журналы. Science Alert в настоящее время имеет более 150 журналов открытого доступа в области бизнеса, экономики, информатики, коммуникации, инженерии, медицины, математики, химии, общественной и гуманитарной науки;

7. Science Publishing Group электронная база данных открытого доступа включающая в себя более 500 научных журналов, около 50 книг, 30 материалов научных конференций в области статистики, экономики, менеджмента, педагогики, социальных наук, психологии, биологии, химии, медицины, пищевой инженерии, физики, математики, электроники, информатики, науке о защите природы, архитектуре, инженерии, транспорта, технологии, творчества, языка и литературы.

9.2. Обновляемые информационные справочные системы

1. Информационно-правовая система «Гарант». – URL: <http://www.garant.ru/>;
2. Информационно-правовая система «Консультант плюс». – URL: <http://www.consultant.ru/>.

10. Обновляемый комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства

1. Microsoft Office. Интегрированный пакет прикладных программ;
2. Microsoft Windows;
3. Корпоративная информационная система «КИС».
4. Антиплагиат ВУЗ. Система обнаружения текстовых заимствований.
5. Kaspersky Endpoint Security

11. Электронные образовательные ресурсы

1. ЭБС «Университетская библиотека Онлайн»;
2. Корпоративная информационная система «КИС».

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

Изучение дисциплины обеспечивается в соответствии требованиями Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент к материально-техническому обеспечению. Материально-техническое обеспечение необходимое для реализации дисциплины включает: учебная аудитория (кабинет экономических дисциплин) для проведения занятий всех видов, предусмотренных образовательной программой, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации: оборудование: посадочные места по количеству обучающихся; рабочее место преподавателя; шкафы, учебная доска, стенды; технические средства обучения: ПК, экран, проектор

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены: персональные компьютеры (10 шт.) с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду, к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам. Комплект мебели

РМАТ обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства (состав определен в п.10 и подлежит обновлению при необходимости).

При использовании в образовательном процессе печатных изданий библиотечный фонд укомплектован печатными изданиями из расчета не менее 0,25 экземпляра каждого из изданий, указанных в п.8, на одного обучающегося из числа лиц, одновременно осваивающих соответствующую дисциплину (модуль), проходящих соответствующую практику.

Обучающимся обеспечен доступ (удаленный доступ), в том числе в случае применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, состав которых определяется в п.9 и подлежит обновлению (при необходимости).

**Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины
«Спортивный туризм и ориентирование»**

на 20__/20__ учебный год

Следующие записи относятся к п.п.
Автор
Зав. кафедрой