МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Горно-Алтайский государственный университет»
(ФГБОУ ВО ГАГУ, ГАГУ, Горно-Алтайский государственный университет)

Туризм и способы выживания

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Учебный план 44.03.05_2022_1112.plx
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Физкультурно-оздоровительная деятельность и Безопасность жизнедеятельности

Квалификация **Бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **3 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 108
в том числе:
аудиторные занятия 44
самостоятельная работа 54,3
часов на контроль 8,85

Виды контроля в семестрах:
зачет с оценкой 10

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	**10 (5.2)**		Итого	
Недель	10 3/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	14	14	14	14
Практические	30	30	30	30
Консультации (для студента)	0,7	0,7	0,7	0,7
Контроль самостоятельной работы при проведении аттестации	0,15	0,15	0,15	0,15
В том числе инт.	8	8	8	8
Итого ауд.	44	44	44	44
Контактная работа	44,85	44,85	44,85	44,85
Сам. работа	54,3	54,3	54,3	54,3
Часы на контроль	8,85	8,85	8,85	8,85
Итого	108	108	108	108

Программу составил(и):
доцент, Козлов А.В.

Рабочая программа дисциплины
Туризм и способы выживания

разработана в соответствии с ФГОС:
Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 125)

составлена на основании учебного плана:
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
утвержденного учёным советом вуза от 27.01.2022 протокол № 1.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры
кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от 14.04.2022 протокол № 8

Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2026-2027 учебном году на заседании кафедры
кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от 09.04.2026 г. № 10
И.о. зав. кафедрой Таскина Ирина Анатольевна

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	*Цели:* формирование у студентов теоретических знаний и практических навыков по обеспечению безопасности при различных видах туризма и правилам и способам поведения в экстремальных ситуациях в туризме.
1.2	*Задачи:* изучить объективные и субъективные факторы возникновения экстремальных ситуаций в самодеятельном туризме; рассмотреть особенности подготовка к безопасному отдыху в природной среде на примере туристского похода; определить особенности организации отдыха на природе; изучить правила и способы обеспечения личной безопасности туристов при следовании к месту отдыха наземными видами транспорта; изучить правила и способы обеспечения безопасности туристов при проведении пеших (лыжных) походов; изучить правила и способы обеспечения безопасности туристов при проведении велосипедных походов; изучить правила и способы обеспечения безопасности туристов при проведении водных походов; выявить основные причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе; изучить правила и способы обеспечения безопасности туристов в различных природно-климатических условиях; изучить правила и способы обеспечения жизнедеятельности и правила поведения человека при вынужденном автономном существовании; изучить основные способы ориентирования и определения направления выхода к населенному пункту; изучить правила и способы подачи сигналов бедствия.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.В.ДВ.05
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
2.1.1	Виды спорта на бурной воде
2.1.2	Физиология физического воспитания и спорта
2.2	**Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
2.2.1	Комплексная безопасность детей
2.2.2	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ПК-2: Способен осуществлять педагогическую деятельность по реализации дополнительных и основных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта
ИД-1.ПК-2: Владеет естественно-научными, туристско-рекреационными, физкультурно-спортивными знаниями и умениями, необходимыми для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств обучающихся в области физической культуры, спорта и туризма
Знать: методику организации занятий для совершенствования навыков в области фмзической культуры, спорта и туризма. Уметь: использовать полученные навыки и умения в области фмзической культуры, спорта и туризма, необходимые для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств обучающихся Владеть: естественно-научными, туристско-рекреационными, физкультурно-спортивными знаниями и умениями
ИД-2.ПК-2: Способен осуществлять реализацию оздоровительных, туристско-рекреационных и физкультурно-спортивных задач обучения и воспитания в области физической культуры, спорта и туризма
Знать: способы и методы реализации оздоровительно-реабилитационных, туристско-рекреационных и физкультурно-спортивных задач обучения Уметь: реализовывать оздоровительно-реабилитационные, туристско-рекреационные и физкультурно-спортивные задачи обучения и воспитания в области физической культуры, спорта и туризма Владеть: навыками в области физической культуры, спорта и туризма

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)							
Код занятия	**Наименование разделов и тем /вид занятия/**	**Семестр / Курс**	**Часов**	**Компетен-ции**	**Литература**	**Инте ракт.**	**Примечание**
	Раздел 1. Объективные и субъективные факторы возникновения экстремальных ситуаций в самодеятельном туризме						
1.1	Объективные и субъективные факторы возникновения экстремальных ситуаций в самодеятельном туризме /Лек/	10	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	2	
1.2	Объективные и субъективные факторы возникновения экстремальных ситуаций в самодеятельном туризме /Ср/	10	4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
1.3	Объективные и субъективные факторы возникновения экстремальных ситуаций в самодеятельном туризме /Пр/	10	4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 2. Подготовка к безопасному отдыху в природной среде на примере туристского похода						
2.1	Подготовка к безопасному отдыху в природной среде на примере туристского похода /Лек/	10	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	2	
2.2	Подготовка к безопасному отдыху в природной среде на примере туристского похода /Ср/	10	4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
2.3	Подготовка к безопасному отдыху в природной среде на примере туристского похода /Пр/	10	4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 3. Организация отдыха на природе						
3.1	Организация отдыха на природе /Лек/	10	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	2	
3.2	Организация отдыха на природе /Ср/	10	4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
3.3	Организация отдыха на природе /Пр/	10	4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 4. Обеспечение личной безопасности туристов при следовании к месту отдыха видами						
4.1	Обеспечение личной безопасности туристов при следовании к месту отдыха видами транспорта /Ср/	10	4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
4.2	Обеспечение личной безопасности туристов при следовании к месту отдыха видами транспорта /Пр/	10	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
4.3	Обеспечение личной безопасности туристов при следовании к месту отдыха видами транспорта /Лек/	10	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	2	
	Раздел 5. Обеспечение безопасности туристов при проведении пеших (лыжных) походов						

5.1	Обеспечение безопасности туристов при проведении пеших (лыжных) походов /Ср/	10	4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
5.2	Обеспечение безопасности туристов при проведении пеших (лыжных) походов /Лек/	10	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
5.3	Обеспечение безопасности туристов при проведении пеших (лыжных) походов /Пр/	10	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 6. Обеспечение безопасности туристов при проведении велосипедных походов						
6.1	Обеспечение безопасности туристов при проведении велосипедных походов /Ср/	10	4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
6.2	Обеспечение безопасности туристов при проведении велосипедных походов /Лек/	10	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
6.3	Обеспечение безопасности туристов при проведении велосипедных походов /Пр/	10	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 7. Обеспечение безопасности туристов при проведении водных походов						
7.1	Обеспечение безопасности туристов при проведении водных походов /Ср/	10	4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
7.2	Обеспечение безопасности туристов при проведении водных походов /Лек/	10	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
7.3	Обеспечение безопасности туристов при проведении водных походов /Пр/	10	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 8. Основные причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе						
8.1	Основные причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе /Ср/	10	4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
8.2	Основные причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе /Пр/	10	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 9. Обеспечение безопасности туристов в различных природно-климатических условиях						
9.1	Обеспечение безопасности туристов в различных природно-климатических условиях /Ср/	10	4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
9.2	Обеспечение безопасности туристов в различных природно-климатических условиях /Пр/	10	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 10. Способы обеспечения жизнедеятельности и правила поведения человека при вынужденном автономном существовании						
10.1	Способы обеспечения жизнедеятельности и правила поведения человека при вынужденном автономном существовании /Ср/	10	4	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	

10.2	Способы обеспечения жизнедеятельности и правила поведения человека при вынужденном автономном существовании /Пр/	10	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 11. Основные способы ориентирования и определение направления выхода к населенному пункту						
11.1	Основные способы ориентирования и определение направления выхода к населенному пункту /Ср/	10	5	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
11.2	Основные способы ориентирования и определение направления выхода к населенному пункту /Пр/	10	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 12. Правила подачи сигналов бедствия						
12.1	Правила подачи сигналов бедствия /Ср/	10	9,3	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
12.2	Правила подачи сигналов бедствия /Пр/	10	2	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 13. Консультации						
13.1	Консультация по дисциплине /Конс/	10	0,7	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2		0	
	Раздел 14. Промежуточная аттестация (зачёт)						
14.1	Подготовка к зачёту /ЗачётСОц/	10	8,85	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2		0	
14.2	Контактная работа /КСРАтт/	10	0,15	ИД-1.ПК-2 ИД-2.ПК-2		0	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Пояснительная записка

1. Объективные факторы возникновения экстремальных ситуаций в условиях природной среды: личные качества руководителя группы; ошибки, свершенные в период подготовки к походу, ошибки при проведении походов.
2. Субъективные (природные) факторы возникновения экстремальных ситуаций в условиях природной среды и несчастных случаев.
3. Воздействие климата и погоды на туристов.
4. Гидрологические ресурсы и места отдыха туристов. Природные катастрофы.
5. Микробное загрязнение окружающей среды и меры профилактики.
6. Предупреждение инфекционных заболеваний и туристов.
7. Контакты туристов с биопаразитами.
8. Опасные для жизни туристов растения и грибы.
9. Опасные для туриста животные и насекомые
10. Разработка маршрута туристского похода.
11. Разработка плана похода, схемы и графика маршрута.
12. Изучение района похода: изучение литературы, карт, отчетов о походах; подготовка запросов в местные образовательные и другие учреждения; получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут.
13. Оформление походной документации.
14. Распределение туристских обязанностей в походе.
15. Выбор необходимого снаряжения для похода.
16. Личное и групповое снаряжение туриста.
17. Требования к туристскому снаряжению.
18. Подготовка личного и группового снаряжения, его проверка.
19. Правила размещения снаряжения в рюкзаке.
20. Выбор места для бивака и организация бивачных работ. Основные требования к месту организации привала. Требования к месту бивака
21. Организация работы по развертыванию лагеря
22. Разведение костра. Виды и типы костров. Правила выбора места для костра и его разведения.
23. Приготовление пищи в походе. Варианты режима питания в походе и его изменение в зависимости от условий маршрута. Приготовление пищи на костре.
24. Безопасность туристов при следовании к месту отдыха наземным транспортом.
25. Безопасность туристов при следовании к месту отдыха железнодорожным транспортом.

26. Правила безопасности во время поездки. Правила безопасного поведения пассажиров: при крушении поезда; при авариях, связанных со столкновениями и экстренными торможениями; при пожаре в поезде; при сильном задымлении.
27. Безопасность туристов при следовании к месту отдыха водным транспортом. Краткая характеристика водного транспорта.
28. Действия пассажиров при кораблекрушении и объявлении шлюпочной тревоги. Способы эвакуации с судна.
29. Безопасность туристов при следовании к месту отдыха воздушным транспортом.
30. Правила безопасного поведения на воздушном транспорте.
31. Правила безопасного поведения авиапассажиров: при вынужденной посадке; при декомпрессии (разгерметизации салона); при пожаре в самолете; при вынужденной (аварийной) посадке на воду.
32. Подготовка к лыжным походам.
33. Организация движения туристов в лыжном походе.
34. Подготовка к велосипедным походам.
35. Организация движения велотуристов на маршруте.
36. Подготовка к водным походам.
37. Факторы выживания в природных условиях.
38. Причины вынужденного автономного существования.
39. Первоочередные действия попавших в экстремальные условия на природе.
40. Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий.
41. Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий.
42. Выбор места для сооружения временного укрытия. Виды и способы сооружения временных укрытий в летнее и зимнее время. Факторы, влияющие на выбор типа укрытия. Особенности укрытий в горах.
43. Способы добывания огня при отсутствии источника зажигания
44. Правила обеспечения питанием и выживание в условиях вынужденного голодания.
45. Использование природных водных источников при вынужденном автономном существовании.
46. Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного существования.
47. Понятие об ориентировании. Потеря ориентировки, как наиболее частая экстремальная ситуация в природе.
48. Правила определения направления выхода. Действия в случае потери ориентировки или отставания от группы. Определение местонахождения.
49. Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки.
50. Способы ориентирования на местности.
51. Сохранение направления движения в различных условиях видимости.
52. Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного существования.
53. Специальные знаки международной кодовой таблицы сигналов.
54. Способы подачи сигналов бедствия.
55. Международная космическая система поиска аварийных судов и самолетов (КОСПАС – САРСАТ), автоматические радиомаяки и другие радиотехнические электронные системы.
56. Сигнальные костры. Типы и виды сигнальных костров. Способы разведения сигнальных костров.
57. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств (сигнальное зеркало – гелиограф).
58. Информационные сигналы при уходе с места происшествия, правила их устройства и изготовления.

5.2. Оценочные средства для текущего контроля

1. Воспитательное, образовательное и прикладное значение туризма.
2. Возникновение и развитие туризма в России, современное руководство туризмом.
3. Самодеятельный и плановый туризм, характеристика походов.
4. Характеристика способов ориентирования и основных работ с картой и на местности.
5. План подготовки туристского похода и обязанности участников.
6. Особенности составления сметы похода и питания.
7. Личное и групповое снаряжение в пешем походе.
8. Личное и групповое снаряжение в лыжном походе.
9. Личное и групповое снаряжение в горном походе.
10. Личное и групповое снаряжение в водном походе.
11. Техника и тактика передвижения в пешем походе.
12. Особенности быта, бивачных работ и признаки определения погодных условий.
13. Особенности организации и проведения лыжного похода.
14. Особенности горных походов.
15. Особенности водных походов.
16. Распределение туристских обязанностей в походе.
17. Безопасность туристов при следовании к месту отдыха наземным транспортом.
18. Правила безопасного поведения при аварийных ситуациях (пожаре, столкновении, перевороте, опрокидывании) в наземных видах транспорта (автомобиль, автобус).
19. Безопасность туристов при следовании к месту отдыха железнодорожным транспортом.
20. Правила безопасности во время поездки. Правила безопасного поведения пассажиров: при крушении поезда; при авариях, связанных со столкновениями и экстренными торможениями; при пожаре в поезде; при сильном задымлении.
21. Безопасность туристов при следовании к месту отдыха водным транспортом. Краткая характеристика водного транспорта.
22. Действия пассажиров при кораблекрушении и объявлении шлюпочной тревоги. Способы эвакуации с судна.
23. Безопасность туристов при следовании к месту отдыха воздушным транспортом.

24. Правила безопасного поведения на воздушном транспорте.
25. Правила безопасного поведения авиапассажиров: при вынужденной посадке; при декомпрессии (разгерметизации салона); при пожаре в самолете; при вынужденной (аварийной) посадке на воду.
26. Факторы выживания в природных условиях.
27. Причины вынужденного автономного существования.
28. Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий.
29. Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий.
30. Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного существования.
31. Специальные знаки международной кодовой таблицы сигналов.
32. Способы подачи сигналов бедствия.
33. Международная космическая система поиска аварийных судов и самолетов (КОСПАС – САРСАТ), автоматические радиомаяки и другие радиотехнические электронные системы.

5.3. Темы письменных работ (эссе, рефераты, курсовые работы и др.)

Формируется отдельным документом в соответствии с Положением о фонде оценочных средств ГАГУ

5.4. Оценочные средства для промежуточной аттестации

Тестирование
Зачет с оценкой, вопросы к зачету

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес
Л1.1	Махов С.Ю.	Безопасность в туризме: учебно-методическое пособие	Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020	http://www.iprbookshop.ru/95385.html
Л1.2	Рубис Л.Г., Тарасеня Т.Ю.	Безопасность в спортивном туризме: учебное пособие	Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019	http://www.iprbookshop.ru/86333.html

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес
Л2.1	Нусс Н.А.	Безопасность в туризме: учебное пособие	Новосибирск: НГТУ, 2011	http://www.iprbookshop.ru/44900.html
Л2.2	Махов С.Ю.	Основы активного туризма: учебно-методическое пособие	Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020	http://www.iprbookshop.ru/95408.html

6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса СТАНДАРТНЫЙ
6.3.1.2	MS Office
6.3.1.3	MS WINDOWS

6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	База данных «Электронная библиотека Горно-Алтайского государственного университета»
6.3.2.2	Электронно-библиотечная система IPRbooks

7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

	проблемная лекция	

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Номер аудитории	Назначение	Основное оснащение

205 А2	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнение курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Рабочее место преподавателя. Посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся). Интерактивная доска, проектор SMART V25, ноутбук
207 А4	Компьютерный класс. Помещение для самостоятельной работы	Персональные компьютеры. Рабочее место преподавателя. Посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся)

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Практические занятия и семинары
Для эффективного проведения занятий и высокачественного выполнения практических работ в группе должно быть не более 15 человек.
К практическим занятиям студенты могут приступить только после того, как прослушают лекции по соответствующему разделу темы (модулю) и разберут теоретический материал в начале проведения работы. Это обеспечит должную теоретическую подготовку и пониманию полученных результатов.
Для лучшего усвоения методики проведения практической работы студенты работают либо индивидуально, либо в парах.
Для выполнения практической работы студент получает необходимое оборудование и самостоятельно выполняет работу в соответствии с планом. Ход работы и ее теоретическое обоснование необходимо фиксировать в тетради. Преподаватель в течение всего занятия следит за выполнением каждой работы, консультирует студентов, а в конце занятия принимает работу.
Пропущенное занятие должно быть отработанно. При отработке студент полностью сдает теоретический материал по соответствующей теме, проводит практическую работу и защищает ее.
Примерные задания для самостоятельной работы студентов
1. Завязать максимальное количество узлов за 1 мин.
2.Разжечь костер с 1 спички или с использованием подручных средств.
3.Соорудить названный тип костра.
4.Установить палатку за 2 мин.
5.Определить азимут на указанное направление.
6. Сориентировать карту.
7.Определить точку стояния.
8. Определить высоту или расстояние до объекта.
9. Оказать доврачебную помощь при травме, заболевании.
10. Использовать средства для очистки воды.
11. Упаковать продукты в подходящую тару.
12. Составить схему пройденного маршрута.
13. Преодолеть трассу ориентирования.
14. Преодолеть трассу тур. полосы.
15. Упаковать рюкзак.
16. Подогнать и использовать страховочную систему.
17. Навести веревочную переправу.
18. Освоить переправы маятником, с шестом, вброд, по бревну.
19.Преодолеть бурелом.
20. Преодолеть «мышеловку».
21. Преодолеть «болото».
22. Определить топознаки.
23. Азимутальный бег.
24. Ориентирование по выбору.
25. Ориентирование по рельефу.

Примерные контрольные вопросы для проверки знаний студентов
1. Как влияют занятия туризмом на организм занимающегося?
2. Туризм в системе воспитания школьников.
3. Возникновение и развитие туризма в России.
4. Характеристика степенных и категорийных походов.
5. Разнообразие целей и задач походов.
6. Что отражает рельеф, основные формы рельефа?
7. Какие вы знаете способы изображения рельефа?
8. Что такое горизонтали (основные, вспомогательные, утолщенные)?
9. Нарисуйте условные топографические знаки.
10. Топографическая карта. Масштаб карты.
11. Компас и виды работы с ним.
12. Способы ориентирования на местности.
13.Как измерить расстояние по карте на местности?
14. Способы измерения неприступных расстояний.

15. Особенности пешего туризма.
21. Назовите что входит в бивачные работы?
22. Какие вы знаете признаки хорошей и плохой погоды.
23. Тактика движения в походе.
24. Техника преодоления наземных препятствий.
25. Действия участников при преодолении водной преграды различными способами.
26. Снаряжение туриста-лыжника.
27. Особенности организации питания в лыжном походе.
28. Организация ночлега в лыжном походе.
29. Техника передвижения на лыжах.
30. Техника преодоления препятствий на лыжах.
31. Чем характеризуется категорийность горных походов?
32. Снаряжение лыжника-горника.
33. Туристские узлы и их назначение.
34. Особенности передвижения по снежному склону.
35. Движение по ледовому склону и скалам.
36. Характеристика равнинных, болотных и горных рек.
37. Какие вы знаете типы судов?
38 Назовите инструмент и материал для ремонта судов.
39. Как составить план подготовки для ремонта судов?
40. Каким требованиям должно отвечать место проведения соревнования?
41. Суть спортивного ориентирования и его развитие.
50. Условные спортивные топографические знаки.
51. Разновидности соревнований по спортивному ориентировании., их характеристика.
52. Чем отличается спортивная карта от обычной топографической.
54.Главные «операции» глазомерной съемки при создании спортивной карты.
55. Измерение расстояний на местности при глазомерной съемке.
56. Топографическая съемка рельефа.