

**Приложение 2 к РПД Организация и проведение
спортивных походов и путешествий
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль) Тренер-преподаватель
по адаптивной физической культуре
Форма обучения – заочная
Год набора - 2022**

**ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

1. Общие сведения

1.	Кафедра	Физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности
2.	Направление подготовки	49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
3.	Направленность (профиль)	Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре
4.	Дисциплина (модуль)	Организация и проведение спортивных походов и путешествий
5.	Форма обучения	заочная
6.	Год набора	2022

2. Перечень компетенций

ПК-1. Способен проводить тренировочный процесс и руководить состязательной деятельностью спортсменов на всех этапах подготовки по адаптивному спорту
ПК-2. Способен осуществлять организационно-методическое и консультационное обеспечение по дополнительным адаптивным программам
ПК-4. Способен планировать и координировать проведение мероприятий с учетом занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп

1. Критерии и показатели оценивания компетенций на различных этапах их формирования.

Этап формирования компетенции (разделы, темы дисциплины)	Формируемая компетенция	Критерии и показатели оценивания компетенций			Формы контроля сформированности компетенций
		Знать:	Уметь:	Владеть:	
Правила организации и проведения СПиП.	ПК-1 ПК-2 ПК-4	<p>- правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в условиях туристско-спортивных мероприятий;</p> <p>- программу спортивной подготовки по спортивному туризму, виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по различным аспектам подготовки туристов – спортсменов.</p>	<p>- пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в процессе туристских мероприятий;</p> <p>- планировать содержание занятий по различным сторонам подготовки туристов с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями спортсменов-</p>	<p>- навыками аналитической обработки собранных показателей, фактических данных и результатов наблюдений, определение уровня физической подготовленности спортсменов-туристов, эффективности соревновательных и тренировочных воздействий;</p> <p>- навыками выбора оптимальных форм и видов тренировочных занятий, типов нагрузок при организации тренировочного процесса в спортивно-оздоровительном туризме.</p>	Зачет

			туристов.		
Организация, подготовка и проведение СПиП	ПК-1 ПК-2 ПК-4	- правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в условиях туристско-спортивных мероприятий; - программу спортивной подготовки по спортивному туризму, виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по различным аспектам подготовки туристов – спортсменов.	- пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в процессе туристских мероприятий; - планировать содержание занятий по различным сторонам подготовки туристов с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями спортсменов-туристов.	- навыками аналитической обработки собранных показателей, фактических данных и результатов наблюдений, определение уровня физической подготовленности спортсменов-туристов, эффективности соревновательных и тренировочных воздействий; - навыками выбора оптимальных форм и видов тренировочных занятий, типов нагрузок при организации тренировочного процесса в спортивно-оздоровительном туризме.	Зачет
Снаряжение.	ПК-1 ПК-2 ПК-4	- правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и	- пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в процессе туристских	- навыками аналитической обработки собранных показателей,	Практические работы Зачет

		<p>средствами связи в условиях туристско-спортивных мероприятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - программу спортивной подготовки по спортивному туризму, виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по различным аспектам подготовки туристов – спортсменов; - федеральные стандарты спортивной подготовки по спортивному туризму. 	<p>мероприятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать содержание занятий по различным сторонам подготовки туристов с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями спортсменов-туристов; - подбирать средства и методы тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки в туризме, со склонностями и индивидуальными особенностями занимающихся, использовать оздоровительные и специальные 	<p>фактических данных и результатов наблюдений, определение уровня физической подготовленности спортсменов-туристов, эффективности соревновательных и тренировочных воздействий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками выбора оптимальных форм и видов тренировочных занятий, типов нагрузок при организации тренировочного процесса в спортивно-оздоровительном туризме; - педагогическим наблюдением за туристами во время тренировочных и контрольных мероприятий на различных этапах подготовки, оценкой прироста индивидуальных показателей физической 	
--	--	---	---	---	--

			подготовительные упражнения, аналогичные структуре туризма.	подготовки спортсменов, уровня освоения основ техники в спортивном туризме, внесение корректив в дальнейшую подготовку спортсменов.	
Питание.	ПК-1 ПК-2 ПК-4	<p>- правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в условиях туристско-спортивных мероприятий;</p> <p>- программу спортивной подготовки по спортивному туризму, виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по различным аспектам подготовки туристов – спортсменов;</p> <p>- федеральные стандарты спортивной подготовки по спортивному туризму.</p>	<p>- пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в процессе туристских мероприятий;</p> <p>- планировать содержание занятий по различным сторонам подготовки туристов с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной</p>	<p>- навыками аналитической обработки собранных показателей, фактических данных и результатов наблюдений, определение уровня физической подготовленности спортсменов-туристов, эффективности соревновательных и тренировочных воздействий;</p> <p>- навыками выбора оптимальных форм и видов тренировочных занятий, типов нагрузок при организации тренировочного процесса в спортивно-оздоровительном</p>	Практические работы Зачет

			<p>подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями спортсменов-туристов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки в туризме, со склонностями и индивидуальными особенностями занимающихся, использовать оздоровительные и специальные подготовительные упражнения, аналогичные структуре туризма. 	<p>туризме;</p> <ul style="list-style-type: none"> - педагогическим наблюдением за туристами во время тренировочных и контрольных мероприятий на различных этапах подготовки, оценкой прироста индивидуальных показателей физической подготовки спортсменов, уровня освоения основ техники в спортивном туризме, внесение корректив в дальнейшую подготовку спортсменов. 	
Топография и ориентирование на местности.	ПК-1 ПК-2 ПК-4	<ul style="list-style-type: none"> - правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в условиях туристско-спортивных мероприятий; - программу спортивной подготовки по спортивному туризму, виды, 	<ul style="list-style-type: none"> - пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в процессе туристских мероприятий; - планировать содержание занятий по различным сторонам подготовки туристов с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, 	<ul style="list-style-type: none"> - навыками аналитической обработки собранных показателей, фактических данных и результатов наблюдений, определение уровня физической подготовленности спортсменов-туристов, 	Практические работы Рубежный контроль Зачет

		<p>содержание и технология планирования тренировочных занятий по различным аспектам подготовки туристов – спортсменов;</p> <p>- федеральные стандарты спортивной подготовки по спортивному туризму.</p>	<p>физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями спортсменов-туристов;</p> <p>- подбирать средства и методы тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки в туризме, со склонностями и индивидуальными особенностями занимающихся, использовать оздоровительные и специальные подготовительные упражнения, аналогичные структуре туризма.</p>	<p>эффективности соревновательных и тренировочных воздействий;</p> <p>- навыками выбора оптимальных форм и видов тренировочный занятий,</p> <p>типов нагрузок при организации тренировочного процесса в спортивно-оздоровительном туризме;</p> <p>- педагогическим наблюдением за туристами во время тренировочных и контрольных мероприятий на различных этапах подготовки, оценкой прироста индивидуальных показателей физической подготовки спортсменов, уровня освоения основ техники в спортивном туризме, внесение корректив в дальнейшую подготовку</p>	
--	--	---	---	--	--

<p>Стратегия похода. Тактика похода.</p>	<p>ПК-1 ПК-2 ПК-4</p>	<p>- правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в условиях туристско-спортивных мероприятий; - программу спортивной подготовки по спортивному туризму, виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по различным аспектам подготовки туристов – спортсменов.</p>	<p>- пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в процессе туристских мероприятий; - планировать содержание занятий по различным сторонам подготовки туристов с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями спортсменов-туристов.</p>	<p>спортсменов. - навыками аналитической обработки собранных показателей, фактических данных и результатов наблюдений, определение уровня физической подготовленности спортсменов-туристов, эффективности соревновательных и тренировочных воздействий; - навыками выбора оптимальных форм и видов тренировочных занятий, типов нагрузок при организации тренировочного процесса в спортивно-оздоровительном туризме.</p>	<p>Зачет</p>
--	-------------------------------	---	--	---	--------------

<p>Техника движения и преодоления препятствий.</p>	<p>ПК-1 ПК-2 ПК-4</p>	<p>- правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в условиях туристско-спортивных мероприятий;</p> <p>- программу спортивной подготовки по спортивному туризму, виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по различным аспектам подготовки туристов – спортсменов;</p> <p>- федеральные стандарты спортивной подготовки по спортивному туризму.</p>	<p>- пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в процессе туристских мероприятий;</p> <p>- планировать содержание занятий по различным сторонам подготовки туристов с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями спортсменов-туристов;</p> <p>- подбирать средства и методы тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки в туризме, со склонностями и</p>	<p>- навыками аналитической обработки собранных показателей, фактических данных и результатов наблюдений, определение уровня физической подготовленности спортсменов-туристов, эффективности соревновательных и тренировочных воздействий;</p> <p>- навыками выбора оптимальных форм и видов тренировочных занятий, типов нагрузок при организации тренировочного процесса в спортивно-оздоровительном туризме;</p> <p>- педагогическим наблюдением за туристами во время тренировочных и контрольных мероприятий на различных этапах подготовки, оценкой</p>	<p>Составление словаря терминов. Составить аннотированный список литературы Практические работы Рубежный контроль Зачет</p>
--	-------------------------------	---	--	---	---

			индивидуальными особенностями занимающихся, использовать оздоровительные и специальные подготовительные упражнения, аналогичные структуре туризма.	прироста индивидуальных показателей физической подготовки спортсменов, уровня освоения основ техники в спортивном туризме, внесение корректив в дальнейшую подготовку спортсменов.	
Причины травматизма и анализ несчастных случаев.	ПК-1 ПК-2 ПК-4	- правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в условиях туристско-спортивных мероприятий; - программу спортивной подготовки по спортивному туризму, виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по различным аспектам подготовки туристов – спортсменов.	- пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в процессе туристских мероприятий; - планировать содержание занятий по различным сторонам подготовки туристов с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий подбирать средства и	- навыками аналитической обработки собранных показателей, фактических данных и результатов наблюдений, определение уровня физической подготовленности спортсменов-туристов, эффективности соревновательных и тренировочных воздействий; - навыками выбора оптимальных форм и видов тренировочных занятий, типов нагрузок при	Зачет

			методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями спортсменов-туристов.	организации тренировочного процесса в спортивно-оздоровительном туризме.	
Обеспечение безопасности похода, страховка и самостраховка.	ПК-1 ПК-2 ПК-4	<ul style="list-style-type: none"> - правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в условиях туристско-спортивных мероприятий; - программу спортивной подготовки по спортивному туризму, виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по различным аспектам подготовки туристов – спортсменов; - федеральные стандарты спортивной подготовки по спортивному туризму. 	<ul style="list-style-type: none"> - пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в процессе туристских мероприятий; - планировать содержание занятий по различным сторонам подготовки туристов с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и 	<ul style="list-style-type: none"> - навыками аналитической обработки собранных показателей, фактических данных и результатов наблюдений, определение уровня физической подготовленности спортсменов-туристов, эффективности соревновательных и тренировочных воздействий; - навыками выбора оптимальных форм и видов тренировочный занятий, типов нагрузок при организации тренировочного процесса в спортивно-оздоровительном туризме; 	Практические работы Рубежный контроль Зачет

			<p>индивидуальными особенностями спортсменов-туристов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки в туризме, со склонностями и индивидуальными особенностями занимающихся, использовать оздоровительные и специальные подготовительные упражнения, аналогичные структуре туризма. 	<ul style="list-style-type: none"> - педагогическим наблюдением за туристами во время тренировочных и контрольных мероприятий на различных этапах подготовки, оценкой прироста индивидуальных показателей физической подготовки спортсменов, уровня освоения основ техники в спортивном туризме, внесение корректив в дальнейшую подготовку спортсменов. 	
<p>Медицинское обеспечение и первая помощь. Врачебный контроль.</p>	<p>ПК-1 ПК-2 ПК-4</p>	<ul style="list-style-type: none"> - правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в условиях туристско-спортивных мероприятий; - программу спортивной подготовки по спортивному туризму, виды, содержание и 	<ul style="list-style-type: none"> - пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в процессе туристских мероприятий; - планировать содержание занятий по различным сторонам подготовки туристов с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики 	<ul style="list-style-type: none"> - навыками аналитической обработки собранных показателей, фактических данных и результатов наблюдений, определение уровня физической подготовленности спортсменов-туристов, эффективности 	<p>Практические работы Зачет. Составление словаря терминов. Составить аннотированный список литературы.</p>

		<p>технология планирования тренировочных занятий по различным аспектам подготовки туристов – спортсменов;</p> <p>- федеральные стандарты спортивной подготовки по спортивному туризму.</p>	<p>нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями спортсменов-туристов;</p> <p>- подбирать средства и методы тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки в туризме, со склонностями и индивидуальными особенностями занимающихся, использовать оздоровительные и специальные подготовительные упражнения, аналогичные структуре туризма.</p>	<p>соревновательных и тренировочных воздействий;</p> <p>- навыками выбора оптимальных форм и видов тренировочных занятий, типов нагрузок при организации тренировочного процесса в спортивно-оздоровительном туризме;</p> <p>- педагогическим наблюдением за туристами во время тренировочных и контрольных мероприятий на различных этапах подготовки, оценкой прироста индивидуальных показателей физической подготовки спортсменов, уровня освоения основ техники в спортивном туризме, внесение корректив в дальнейшую подготовку спортсменов.</p>	
--	--	--	--	--	--

<p>Вопросы выживания в экстремальных условиях.</p>	<p>ПК-1 ПК-2 ПК-4</p>	<p>- правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в условиях туристско-спортивных мероприятий; - программу спортивной подготовки по спортивному туризму, виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по различным аспектам подготовки туристов – спортсменов.</p>	<p>- пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в процессе туристских мероприятий; - планировать содержание занятий по различным сторонам подготовки туристов с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями спортсменов-туристов.</p>	<p>- навыками аналитической обработки собранных показателей, фактических данных и результатов наблюдений, определение уровня физической подготовленности спортсменов-туристов, эффективности соревновательных и тренировочных воздействий; - навыками выбора оптимальных форм и видов тренировочных занятий, типов нагрузок при организации тренировочного процесса в спортивно-оздоровительном туризме.</p>	<p>Зачет</p>
--	-------------------------------	---	--	--	--------------

<p>Организация и проведение поисково-спасательных работ и транспортировка пострадавшего.</p>	<p>ПК-1 ПК-2 ПК-4</p>	<p>- правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в условиях туристско-спортивных мероприятий;</p> <p>- программу спортивной подготовки по спортивному туризму, виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по различным аспектам подготовки туристов – спортсменов;</p> <p>- федеральные стандарты спортивной подготовки по спортивному туризму.</p>	<p>- пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в процессе туристских мероприятий;</p> <p>- планировать содержание занятий по различным сторонам подготовки туристов с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями спортсменов-туристов;</p> <p>- подбирать средства и методы тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки в туризме, со склонностями и</p>	<p>- навыками аналитической обработки собранных показателей, фактических данных и результатов наблюдений, определение уровня физической подготовленности спортсменов-туристов, эффективности соревновательных и тренировочных воздействий;</p> <p>- навыками выбора оптимальных форм и видов тренировочных занятий, типов нагрузок при организации тренировочного процесса в спортивно-оздоровительном туризме;</p> <p>- педагогическим наблюдением за туристами во время тренировочных и контрольных мероприятий на различных этапах подготовки, оценкой</p>	<p>Практические работы Зачет. Составление словаря терминов. Составить аннотированный список литературы</p>
--	-------------------------------	---	--	---	--

			<p>индивидуальными особенностями занимающихся, использовать оздоровительные и специальные подготовительные упражнения, аналогичные структуре туризма.</p>	<p>прироста индивидуальных показателей физической подготовки спортсменов, уровня освоения основ техники в спортивном туризме, внесение корректив в дальнейшую подготовку спортсменов.</p>	
--	--	--	---	---	--

4. Критерии и шкалы оценивания

4.1. Критерии оценки выполнения практической работы (каждая практическая работа может иметь от 2 до 11 заданий в зависимости от объёма изучаемой темы). Каждое выполненное задание – 3 балла.

Наименование критерия	Баллы
Выполнение задания полностью без существенных ошибок	3
Выполнение задания полностью с несущественными ошибками	2
Выполнение задания не полностью или с существенными ошибками	1
Задание не выполнено	0

4.2. Критерии оценки рубежного контроля (теста): Рубежный контроль проводится в форме тестирования. В тесте предлагается дать ответы на 25 вопросов по пройденному материалу. За каждый правильный ответ начисляется 0,2 балл.

4.3. Критерии оценки на зачете. Зачет проводится в форме тестирования. В тесте предлагается дать ответы на 80 вопросов по пройденному материалу. За каждый правильный ответ начисляется 0,5 балла.

4.4. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию, туристскому многоборью. За призовые места на соревнованиях по выбору студента -10 баллов, за участие в соревнованиях – 5 баллов за один турнир.

4.5. Составление словаря терминов. Каждый термин в словаре оценивается в 0,4 балла. Термины должны быть сгруппированы по темам, изученным в ходе курса.

4.6. Составить аннотированный список литературы. Каждое аннотированное издание оценивается в 0,5 балла.

5. Типовые контрольные задания и методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.

5.1. Типовая практическая работа:

1. Составить рацион питания под выбранный вид спортивного похода, рассчитать калорийность и соотношение питательных веществ, сформировать раскладку на каждый день похода.

2. Заполнить таблицу «Ориентирование по сторонам горизонта с помощью местных признаков»

Местный признак	Описание технологии ориентирования	Примечания

5.2. Типовое тестовое задание (рубежный контроль):

Организация и проведение спортивных походов и путешествий

1. Сколько определено степеней сложности маршрутов?

- 1) 1
- 2) 2
- 3) 3
- 4) 4

2. Как правильно разводить костер? Разместите действия в правильном порядке:

- 1) положить на почву растопку;
- 2) на растопку положить ветки, поджечь костер спичками;
- 3) приготовить растопку и дрова;
- 4) сверху веток положить поленья, дрова;
- 5) соблюдать правила пожарной безопасности.

3. Определить стороны света на местности можно по таким факторам:

- 1) направлению ветра;
- 2) собственной тени;
- 3) направлению течения реки;
- 4) направлению хоженных троп;
- 5) направлению нехоженных троп;
- 6) компасу;
- 7) звездам;
- 8) направлению движения поездов;
- 9) местным предметам.

4. Наиболее удобной обувью в походе являются?

- 1) туристские ботинки;
- 2) сапоги резиновые;
- 3) сапоги хромовые;
- 4) кроссовки;
- 5) полуботинки;
- 6) легкие спортивные тапочки;
- 7) кеды;
- 8) туфли.

5. При преодолении болот необходимо:

- 1) идти друг за другом, держась за руки;
- 2) вооружиться шестом;
- 3) сделать настил из жердей;
- 4) идти осторожно, но широким шагом;
- 5) идти, наступая на кочки или корневища кустов.

6. По каким признакам можно определить возможность переправы вброд?

- 1) дороги или тропинки оканчиваются у одного берега и продолжаются на другом;
- 2) перепады воды указывают на переход от мелких мест к глубоким;
- 3) на берегах отсутствует растительность;
- 4) темный цвет воды в реке;
- 5) широкие прямые участки русла рек с очень пологими берегами.

7. На каком костре можно быстро вскипятить воду?

- 1) «нодья»;
- 2) «таежный»;
- 3) «звездный»;
- 4) «шалаш».

8. Что запрещается делать при разведении костра?

- 1) разводить костер вблизи водоисточников;
- 2) разводить костер на торфяных болотах;
- 3) разводить костер на снегу;
- 4) разводить костер близ деревьев;
- 5) использовать для костра сухостой;
- 6) использовать для костра сухую траву;
- 7) использовать для костра живые деревья;
- 8) использовать для костра мох и мелко раздробленную кору;
- 9) оставлять без присмотра горящий костер;
- 10) оставлять дежурить возле костра менее трех человек

Ключ к заданиям

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8
Вариант ответа	3	5,3,1,2,4	2,6,7,9	1,5	2,5	1	4	2,3,7,9

5.3. Вопросы к зачету (типовой тест).

1. Какие палатки бывают по форме?
2. Изобразите схему полиспада 3:1.
3. Перечислите основные правила иммобилизации конечности (4).
4. Перечислите правила снятия одежды с пострадавшего (3).
5. Перечислите основные направления подготовки туриста (6).
6. Перечислите местные признаки, по которым можно ориентироваться в тайге (4).
7. Какие узлы можно использовать для связывания двух веревок одинакового диаметра (3)?
8. Перечислите этапы поиска пострадавшего в лавине с помощью «бипера» (3).
9. Безопасность туризма- это...?
10. Сколько спасателей сопровождают носилки на клоне крутизной более 50 градусов?

5.4. Типовой пример оформления словаря терминов.

Абрис (нем. Abriß - очертание предмета) - схематический план местности, сделанный от руки при топографической съемке. На нем показываются различные предметы (условными знаками), расстояния (цифрами), направления (азимутами).

5.4. Типовой пример оформления аннотированного списка литературы

Кракауэр Джон. В разряженном воздухе [Текст]/ Пер. с англ. Полищук Е. М.: Издательский дом «София», 2004. – 416 с. 19 альпинистов-любителей отправляются в Непал, чтобы покорить Эверест. Это приключение стоит 65 000 долларов. Каждого клиента ведет опытный гид по четко спланированному маршруту. Исход малейшей ошибки известен всем, но желание попасть на вершину затмевает разум. Однако... Последнее слово остается за горой. Там, на высоте 8 848 метров, в разреженном воздухе, мозг потеряет миллионы клеток, тело предательски ослабеет и даже самые опытные начнут совершать одну роковую ошибку за другой. Это восхождение не забудет никто. Самая страшная трагедия в истории Эвереста. От первого лица.