

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ВЛАДИМИРА ДАЛЯ»

Институт гражданской защиты
Кафедра физической реабилитации

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Института гражданской защиты
В.Ю. Малкин
(подпись)
«25» 02 2025 года

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

«Спортивно-оздоровительный туризм»

49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)

«Управление тренировочной и соревновательной деятельностью»

Разработчик:
доцент

Е.В. Яковлева
(подпись)

Яковлева Е.В.

ФОС рассмотрен и одобрен на заседании кафедры физической реабилитации
от «25» 02 2025 г., протокол № 7

Заведующий кафедрой

Ю.Н. Мечетный
(подпись)

Мечетный Ю.Н.

Луганск 2025 г.

**Комплект оценочных материалов по дисциплине
«Спортивно-оздоровительный туризм»**

Задания закрытого типа

Задания закрытого типа на выбор правильного ответа

1. Выберите один правильный ответ

Понятие «туризм» подразумевает:

- А) Кочевые миграции.
- Б) Временное перемещение людей.
- В) Миграции в поисках работы.
- Г) Выезд на постоянное место жительства.
- Д) Поездки с целью отдыха в течение дня.

Правильный ответ: Б

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

2. Выберите один правильный ответ

Что означает «центр туризма»:

- А) Системы хозяйства региона для туризма.
- Б) Сеть гостиниц.
- В) Место пребывания туристов.
- Г) Совокупность объектов показа.
- Д) Определенная местность.

Правильный ответ: В

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

3. Выберите один правильный ответ

В каком году ООН принял более широкое определение "туризм"?

- А) 1954.
- Б) 1993.
- В) 1981.
- Г) 1963.

Правильный ответ: Б

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

4. Выберите все правильные варианты ответа

Какой ряд условий должен соблюдаться, чтобы туризм считался спортивным:

- А) Оформлена маршрутная документация.
- Б) Группа состоит из более 7 человек.
- В) Каждый участник имеет медицинский допуск.
- Г) Поход продолжается неделю и маршрут не содержит локальных и протяженных препятствий.

Правильный ответ: А, В

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

5. Выберите один правильный ответ

В каком виде спортивного туризма, путешествие происходит по естественным подземным полостям?

- А) Спелеотуризм.
- Б) Горный туризм.
- В) Конный туризм.
- Г) Парусный туризм.

Правильный ответ: А

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

6. Выберите один правильный ответ

Восстановление духовных и физических сил – это:

- А) Отдых.
- Б) Рекреация.
- В) Поход.
- Г) Путешествие.

Правильный ответ: Б

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

7. Выберите один правильный ответ

По возрастно-социальному признаку спортивный туризм разделяется на:

- А) Парусный туризм.
- Б) Спелеотуризм.
- В) Пешеходный туризм.
- Г) Семейный туризм.

Правильный ответ: Г

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

8. Выберите один правильный ответ

Какой вид туризма включен во Всероссийский реестр вида спорта:

- А) Спортивно-оздоровительный туризм.
- Б) Самодеятельный туризм.
- В) Спортивный туризм.
- Г) Экстремальный туризм.

Правильный ответ: В

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

Задания закрытого типа на установление соответствия

1. Установите правильное соответствие. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца. Туристское снаряжение — предметы и материалы для передвижения и организации быта в походных условиях.

От того, как экипирован турист, во многом зависит его комфорт, удобство, настроение, здоровье и, в конечном итоге, успех путешествия. Снаряжения для походов можно получить напрокат как услугу индустрии туризма.

- | | |
|--|---|
| 1) Предметы одежды и обуви, головные уборы и иные «носимые» на себе туристом специальные предметы, защищающие от неблагоприятных факторов внешней среды («штормовой» костюм, каска, бахилы, солнцезащитные очки, гидрокостюм и т. д.). | А) Экипировка туристов |
| 2) Все снаряжение, необходимое для организации ночлега и питания группы в полевых условиях (палатки, спальники, кухонные принадлежности, костровое снаряжение, КЛМН (кружка, ложка, миска, нож) и пр.); | Б) Специальное снаряжение |
| 3) Снаряжение, необходимое для обеспечения безопасности туристов и для эффективного ориентирования на маршруте (верёвки, ледорубы, спасательные жилеты, карты, компасы и т. п.); | В) Бивачное снаряжение |
| 4) Лыжи, гребные суда, велосипеды | Г) Средства передвижения и транспортировки грузов |

Правильный ответ: 1-А, 2-В, 3-Б, 4-Г

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

2. Установите правильное соответствие. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца.

Достопримечательность — место, вещь или объект, заслуживающие особого внимания, знаменитые или замечательные чем-либо, например, являющиеся историческим наследием, художественной ценностью. Примеры: места исторических событий, зоопарки, памятники, музеи и галереи, ботанические сады, здания и сооружения (например, замки, библиотеки, бывшие тюрьмы, небоскрёбы, мосты), национальные парки и заповедники, леса, парки развлечений, карнавалы и ярмарки, культурные события и т. п. Многие достопримечательности также являются ориентирами.

Достопримечательностями также могут быть места странных и необъяснимых явлений, например озеро Лох-Несс (благодаря Лох-Несскому чудовищу) в Шотландии или место предполагаемого крушения НЛО неподалёку от Розуэлла в США. Места предполагаемого появления привидений также являются достопримечательностями. Места компактного проживания определённой этнической группы населения также могут стать достопримечательностями (например индейские резервации или китайские

кварталы в некоторых городах).

- | | |
|--|-------------|
| 1) Бранденбургские ворота
Европа-парк
Рейхстаг
Топография террора
Замок Нойшванштайн | A) Англия |
| 2) Бруклинский мост
Йеллоустон
Золотые Ворота
Алькатрас
Уиллис-тауэр | Б) США |
| 3) Букингемский дворец
Тауэрский мост
Стоунхендж
Биг-Бен
Вестминстерское аббатство | В) Германия |

Правильный ответ: 1-В, 2-Б, 3-А

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

3. Установите правильное соответствие. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца.

Туризм (туристические поездки) — выезды (путешествия) посетителей в другую страну или местность, отличную от места постоянного жительства, с любой целью, кроме трудоустройства. Человека, совершающего такое путешествие, называют «туристом», «путешественником», «посетителем». Сферы экономики, которые охватывают коммерческую деятельность организаций, в основном связанных с туризмом, относят к отраслям туризма, например, бюро путешествий и другие услуги бронирования.

- | | |
|---|---------------------------|
| 1) Путешествия лиц в другую страну | A) Туризм выездной |
| 2) Путешествия, субсидируемые из средств, выделяемых государством на социальные нужды | Б) Туризм социальный |
| 3) Путешествие с использованием активных способов передвижения, организуемые туристами самостоятельно | В) Туризм самостоятельный |

Правильный ответ: 1-А, 2-Б, 3-В

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

4. Установите правильное соответствие. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца.

- | | |
|---|---------------------------|
| 1) Это вид экологического туризма, во время которого проживание и досуг туристов обустраивается в сельской местности, в | A) Образовательный туризм |
|---|---------------------------|

- удалении от городов и промышленных застроек. Путешествие может подразумевать не только пребывание в деревне, например, но и наблюдение или участие в сельскохозяйственных работах. Также для сельского туризма могут специально обустраивать локации. Целью сельского туризма является отдых от города, изучение и погружение в загородный быт и приближение к природе.
- 2) Это туризм, который является полной противоположностью деловым поездкам. Целью рекреационного туризма является отдых и перезагрузка, лечение, спорт, культурное просвещение. Как правило, рекреационный отдых характеризуется более длительным пребыванием в одной и той же локации. Б) Круиз
 - 3) Это поездки в необычные туры, например, в экзотические места. Также это могут быть экспедиции, сплавы по рекам или походы в джунгли и резервации, минимально тронутые человеческим фактором. В) Гастрономический туризм
 - 4) Это вид туризма, целью которого является посещение религиозных мест и достопримечательностей, городов, имеющих значение для верующих той или иной Г) Деловой туризм
 - 5) Это самый массовый вид туризма. Целью таких поездок являются прогулки по туристическим местам, достопримечательностями, знакомство с другой культурой, бытом и обычаями. Д) Лечебно-оздоровительный туризм
 - 6) Целью спортивного туризма является занятия спортом, теми видами или в тех локациях, которых нет по месту жительства путешественника. Е) Шоппинг туризм
 - 7) Этот вид туризма подразумевает поездки с целью покупки одежды или других вещей. Направлением путешествия могут быть как столицы мировой моды, например, Милан или Париж, так и крупные аутлеты, которые как правило находятся рядом с разными туристическими городами. Ж) Спортивный и экстремальный туризм
 - 8) Лечебный туризм - это путешествие с целью улучшения здоровья или избавления от 3) Культурный туризм

заболевания. Это может быть поездка в санаторий или лечебницу, на морской курорт, грязелечение, или же поездка в конкретную клинику с целью проведения лечения или операции.

- | | | | |
|-----|---|----|------------------------|
| 9) | Поездки и путешествия совершаются с целью налаживания бизнес-контактов, подписания контактов, расширения производства, поиска поставщиков и партнеров. Также это могут быть поездки на языковые курсы, семинары, симпозиумы, конференции, встречи и пр. | И) | Паломнический туризм |
| 10) | Локации привлекают туристов гастрономическими турами, винами и сотрудничеством с поварами с мировым именем. Цели такого туризма заключаются в том, чтобы попробовать что-то новое, узнать больше о кулинарии других стран, попасть в конкретный ресторан или заведение. | К) | Приключенческий туризм |
| 11) | Путешествие на лайнере. В целом же круиз подразумевает под собой использование транспортного средства не только для осуществления поездки, а и для проживания, питания и проведения досуга здесь же. | Л) | Рекреационный туризм |
| 12) | Это путешествие, целью которого является получение образования либо совмещение отдыха с обучением. Это как учеба в ВУЗах, так и повышение квалификации, проведение исследований, обмен опытом и пр. | М) | Сельский туризм |

Правильный ответ: 1-М, 2-Л, 3-К, 4-И, 5-З, 6-Ж, 7-Е, 8-Д, 9-Г, 10-В, 11-Б, 12-А

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

5. Установите правильное соответствие. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца. Установите соответствие между датой и историей спортивно-оздоровительного туризма в России.

До 1917 г. туризм почти не входил в сферу государственных интересов и, соответственно, государственного регулирования. Тем не менее существовало несколько общественных организаций, которые занимались развитием, в том числе, и спортивного туризма. Например, в 1890 г. был основан Крымский горный клуб. Его задачей было исследование Крымских гор. Эта общественная организация существовала за счет совсем небольших денежных поступлений – членских взносов участников и сочувствующих. Тем не менее Крымский горный клуб издавал ежегодник «Записки Крымского горного клуба», который выходил до 1915 г. Этот же клуб впервые в России занялся широкой

экскурсионной деятельностью, организуя поездки в Крым и походы по Крымским горам.

- 1) В Москве было образовано Русское горное общество. А) 1949 г.
Его задачей было «всестороннее изучение гор путем путешествий, экскурсий и восхождений». Общество также организовывало путешествия на Кавказ, в Альпы и Крым. Русское горное общество организовало первую выставку по альпинизму в Московском государственном университете.
- 2) В Петербурге было основано Российское общество Б) 1927 г.
туристов (РОТ). Его первоначальным названием было «Общество велосипедистов-туристов». Это говорит о широком распространении велосипедов в России в конце XIX в. Одной из задач Общества было содействие развитию туризма в стране.
- 3) Советское правительство поставило задачу развития В) 1895 г.
массового молодежного туристского движения в СССР. Для этой цели решено было использовать РОТ. Из общества были удалены все прежние его организаторы и сотрудники, на их место пришли новые, лояльные власти люди. РОТ стало руководящим центром туристского движения в стране. Тогда же оно было переименовано в «Общество пролетарского туризма РСФСР».
- 4) Спортивный туризм был включен в Единую Г) 1901 г.
Всесоюзную спортивную классификацию. Для стимулирования дальнейшего развития самостоятельного туризма была проведена классификация спортивного туризма, утверждены три ступени туристского мастерства и звание «Мастер туризма» (позднее – разряды и звание «Мастер спорта СССР»). Эти мероприятия имели большое значение для развития массовости туризма.

Правильный ответ: 1-Г, 2-В, 3-Б, 4-А

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

6. Установите правильное соответствие. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца. Установите соответствие между основными препятствиями водных и пеших переходов.

При прохождении большинства естественных препятствий судно должно иметь скорость, отличную от скорости водного потока, и обязательно сохранять управляемость. Обычно этого стремятся достичь за счет увеличения абсолютной скорости судна, но это не всегда применимо, особенно при преодолении естественных препятствий на реках с большим уклоном и большой скоростью течения. На подобных реках скорость течения такова, что

если стремиться увеличивать скорость судна в потоке, то не будет времени даже рассмотреть препятствие. Просмотреть препятствие на горных и таежных реках с берега не всегда удастся, так как нередко можно встретить русло, загроможденное камнями на несколько километров. Управляемость лодки можно сохранять на отрицательной разности скоростей потока и судна. В этом случае судно должно иметь абсолютную скорость меньше, чем скорость потока. Замедленное приближение к препятствию позволяет определить его сложность и опасность, наметить путь движения.

- 1) Образуются в результате перемещения водным потоком частиц грунта и отложения их в местах со слабым течением. Обычно появляются на поворотах реки около выпуклых берегов, на расширениях русла. Обычно полого спускается к той части потока, где большое течение. Состоят из песка и других мелких частиц. Некоторую трудность представляют собою перекаты из мелких камней. Различить достаточно нетрудно: вода над мелким местом светлее, над песчаными отмелями и перекатами она имеет желтый цвет. В тихую, безветренную погоду над этим местом – зеркальная поверхность воды, а рядом, на более глубоком месте, – легкая рябь. При ветре над этим местом образуется беспорядочная мелкая волна, а над глубокими метами видна длинная, более крупная. А) Мели
- 2) Сложное образование из двух отмелей, растущих с противоположных берегов навстречу друг другу. Перекаты часто образуются в местах смены направления поворотов русла, то есть в местах перехода стрежня потока от одного берега к другому. Перекаты длительное время существуют на одном и том же месте русла. На равнинных реках все элементы легко выделить на реке по цвету воды – более глубокие места темные, на более мелких просвечивает желтый песок. На горных и горно-таежных реках перекаты и отмели могут быть сложены как песком, так и галькой, вплоть до булыжников. Б) Пороги
- 3) Участок русла реки с резким возрастанием уклона и скорости течения относительно участков выше и ниже по течению и ярко выраженным сливом. Образуются в местах пересечения рекой скалистых гряд, выходов трудноразмываемых коренных горных пород, скоплений валунов. Характерными элементами являются водосливы, водяные ямы, или бочки, и стоячие волны. В) Перекаты

Правильный ответ: 1-А, 2-В, 3-Б

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

7. Установите правильное соответствие. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца. Установите соответствие между основными препятствиями водных и пеших переходов.

- | | |
|--|-------------|
| 1) Затонувшие деревья. Они особенно опасны, т. к. их сучья порою торчат против течения. | А) Топляк |
| 2) Характерные препятствия, свойственные равнинным рекам таежной зоны и горно-таежным рекам, образуются нагромождением стволов подмытых и упавших деревьев. Возникают в половодье, во время летних паводков, а на малых и узких таежных речках они могут существовать и увеличиваться годами. На реках со средней скоростью течения 5–7 км/час не следует подходить близко к этому месту, т. к. это может привести к поломке судна. Очень опасное препятствие, его трудно распознать, т. к. издали он кажется частью берега, и только в непосредственной близости начинает ощущаться сильное течение, подсасывающее под завал. На горно-таежных реках большую опасность представляют расположенные на внешних, подмываемых берегах поворотов реки частично подмытые, но еще не упавшие низко наклоненные над водой деревья. Особенно опасны такие деревья для судов со сравнительно высоко расположенными гребцами – плотов и катамаранов. | Б) Быстрины |
| 3) На реках с быстрым течением могут образовываться противотоки в плоскостях, параллельных дну реки. Создаются в прижимах, вблизи перекатов, при резких расширениях русла, на отмелях и при резких ускорениях отдельных частей потока, например при слиянии двух протоков. | В) Шивера |
| 4) Образуются на реках с быстрым течением. Образуются на очень крутых поворотах, т. к. на поворотах стрежень потока располагается близко к внешнему берегу поворота, на него наваливается значительная масса воды, непосредственно у берега создаются различные распределения скоростей поперек потока. | Г) Прижимы |
| 5) Каменистый участок русла реки с быстрым течением, небольшими глубинами и беспорядочно разбросанными в русле подводными и выступающими из воды камнями. Из-за высокой скорости течения часто возникают стоячие волны, обратные течения, иногда водяные ямы. Не имеют чистых мощных сливов, поэтому в них трудно | Д) Уловы |

выделить линию преимущественного стока воды – струю. Протяженность колеблется от нескольких десятков метров до нескольких километров. Ими часто начинаются и заканчиваются пороги.

- 6) Представляют собой сужение русла потока, где вода течет с большой скоростью. От переката и порога отличаются тем, что уклон на этом участке меняется незначительно по сравнению с уклоном всего плеса. Русло рек на быстрине, как правило, бывает чистым, без камней и обломков скал. Для прохождения на лодке или плоту сравнительно безопасны. Большую трудность представляют на поворотах русла, которые нужно проходить ближе к выпуклому берегу, в стороне от стремнины.
- Е) Завал

Правильный ответ: 1-А, 2-Е, 3-Д, 4-Г, 5-В, 6-Б

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

8. Установите правильное соответствие. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца. Установите соответствие между основными категориями походов и туров.

Вопросы организации спортивных походов и туров сформулированы в документе под названием «Правила проведения соревнований туристских спортивных походов, путешествий и организации спортивных туров». Данные Правила входят в состав сборника нормативных актов «Русский турист».

- 1) Это сопровождение (обслуживание) туристов на маршрутах, содержащих категоризованные препятствия. Участникам спортивных туров также могут присваиваться спортивные разряды и звания при условии, если, во-первых, спортивный тур регистрируется в маршрутно-квалификационной комиссии (МКК), а во-вторых, спортивный тур удовлетворяет требованиям, предъявляемым к спортивному походу.
- А) Путешествие
- 2) Это мероприятие, связанное с передвижением человека в природной среде на любых технических средствах и без таковых, в одиночку или в составе группы, с познавательной, оздоровительной, спортивной и другими целями.
- Б) Спортивный поход
- 3) Это мероприятие, которое соответствует «Единой Всероссийской спортивной классификации туристских маршрутов» (ЕВСКТМ) и проводится согласно вышеуказанным «Правилам». За участие присваиваются разряды и звания.
- В) Спортивный тур

Правильный ответ: 1-В, 2-А, 3-Б

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

Задания закрытого типа на установление правильной последовательности

1. Прочитайте текст и установите последовательность.

Бивак (бивуак) - временное расположение на ночлег вне населенного пункта - в палатках, охотничьих избушках, хижинах, под *заслоном* или под открытым небом.

Места для бивака намечают при разработке маршрута путешествия или восхождения. Основные требования к месту бивака: безопасность, сухость, наличие питьевой воды и укрытия от ветра, возможность заготовки топлива (если не предусмотрено использование взятого с собой концентрированного топлива или дров, принесенных с места предыдущего бивака). При устройстве бивака в горах необходимо обращать внимание на то, чтобы место было недосыгаемо для лавин, камнепадов, потоков талой и дождевой воды, грозových разрядов.

Бивак должен обеспечивать возможность приготовления горячей пищи, отдыха, приведения в порядок снаряжения и т. п., т. е. быть устроенным с максимально возможными в данных условиях удобствами. Своевременная, правильная и быстрая организация бивака играет значительную роль в успехе путешествия, восхождения и во многом зависит от опыта и четкого распределения обязанностей между участниками. В круг работ, связанных с устройством Б., входят: расчистка места, заготовка топлива и подстилки, устройство костра, установка палаток или др. укрытия для ночлега, устройство приспособлений для сушки одежды и т. д. Перед оставлением бивака его место приводят в порядок: собирают и уничтожают мусор, тщательно тушат костер, предохраняют от сырости оставшееся топливо.

К бивакам относятся также временные лагеря, устраиваемые для размещения больших групп туристов, альпинистов при проведении учебно-тренировочных занятий, слетов. Места таких лагерей оборудуют исходя из потребностей более длительного пребывания в них.

Установите хронологическую последовательность требований к месту будущей стоянки:

А) Безопасность. Нахождение в лагере и проведение бивачных работ не должно увеличивать риск получения травм и порчи снаряжения.

Б) Комфортность. Место под бивак должно быть максимально удобным и комфортным для работ и отдыха. Оно должно быть таким, чтобы организация бивачных работ была максимально простой.

В) Видимость. Место для бивака должно быть хорошо заметно с моря и воздуха. Это условие важно для пострадавших в дикой природе, которые ожидают спасения.

Г) Эстетичность. Хорошо, если лагерь будет расположен в живописном месте. Но это скорее не требование, а пожелание.

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо

Правильный ответ: А, Б, В, Г

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

2. Прочитайте текст и установите последовательность.

Туристский поход (туристический поход, турпоход) — групповое (или индивидуальное) путешествие (его частный случай) по заранее определённом маршруту, осуществляемое с образовательными, оздоровительными, спортивными, исследовательскими или иными целями, главными отличительными чертами которого являются (вне зависимости от вида) активный способ передвижения, ограниченные временные рамки (в большинстве случаев от нескольких до 15—20 дней), число и категория трудности преодолённых локальных препятствий.

Турпоход в любой из его форм, по мнению специалистов, является одним из наиболее эффективных средств социализации личности (особенно в юношеском возрасте), а также подготовки человека к безопасному взаимодействию с природной средой.

Установите хронологическую последовательность перечисленных этапов подготовки к многодневному походу:

А) изучение особенностей местности, даже если идёте в составе организованной группы

Б) сбор и проверка снаряжения

В) встреча и распределение группового снаряжения

Правильный ответ: А, Б, В

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

3. Прочитайте текст и установите последовательность этапов проверки начальных туристских навыков:

А) установка палатки

Б) разжигание костра

В) укладка рюкзака

Правильный ответ: А, Б, В

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

4. Прочитайте текст и установите последовательность этапов подготовки к сплаву по реке на SUP-борде.

А) Физическая и техническая подготовка. При всей простоте в эксплуатации, путешествие на сапе летом — серьёзное испытание для вашего организма. Если вы думаете, что полчаса покатавшись на доске, с лёгкостью сможете выдержать двух или трёхдневный сплав, то это не так. Мы рекомендуем начинать готовиться к этому путешествию заранее, начиная с базовых упражнений: бег, приседания, отжимания. Что касается технической подготовки к сплаву по реке, то вы должны не просто уверенно стоять на борде, но и знать, как он ведёт себя в тех или иных ситуациях. К примеру, в местах, где русло реки сужается, доска становится податливой и простой в управлении, а в широких частях управлять САПом намного сложнее.

Б) Выбор подходящего SUP-борда. В зависимости от функционала и стиля катания SUP-борды делятся на следующие типы:

- Прогулочные — широкие и устойчивые борды овальной формы, предназначены для спокойного передвижения по водной поверхности. Средние размеры — 320-380 см, ширина — 80 см, толщина — 10-15 см;
- Туринговые САП-доски предназначены для длительных сплавов. Они длиннее прогулочных, имеют острую носовую часть и широкую корму;
- SUP-wind борды отличаются от остальных возможностью установки паруса, что делает их привлекательными для любителей «ловить волну»;
- Спортивные SUP-борды намного длиннее и уже прогулочных. Их используют для участия в соревнованиях и марафонах.

При выборе доски обратите внимание на её заявленную грузоподъёмность и не забудьте, что нужно считать не только ваш вес, но и массу вещей и экипировки, которая будет «путешествовать» с вами.

В) Продуманность маршрута. Отправляясь на сплав по реке, важно понимать, в какой местности он пройдёт. Вы должны чётко представлять начальную и конечную точки, выбрать места для ночлега (если сплав займёт несколько дней), а также продумать план остановок для отдыха. Для этого вам пригодится карта местности, а также подробный прогноз погоды. Рельеф местности также стоит учитывать при выборе доски, если вы планируете сплавляться по извилистой каменистой речке, то нужно взять борд пожёстче. Грамотно рассчитывайте свои силы и выстраивайте путь исходя из своей физической подготовки. Не пытайтесь преодолеть свои возможности и выстраивать маршрут исключительно из сложных участков.

Г) Внимание к экипировке. Помимо надёжного и крепкого сап-борда, для сплава по реке вам понадобится качественная экипировка. Несмотря на жару, термобельё должно стать спутником вашего путешествия. Поверьте, ночью будет холодно. Надёжный гидрокостюм с мембраной также необходим для справа, он защитит вас от воды и быстро высохнет на солнце. Если вы планируете сплавляться по каменистой реке, то мы рекомендуем взять с собой шлем. Безопасность превыше всего, важно помнить об этом, собираясь в поездку. Руки и ноги лучше облачить во что-то прорезиненное и нескользящее, это позволит вам уверенно держать весло и не падать с борда даже на большой скорости.

Д) Техническая подготовка SUP-доски. При планировании сплава по реке вы должны понимать, что возможности для ремонта оборудования в «полевых» условиях ограничены. Готовить борд и его комплектующие нужно заранее, во избежание неприятных сюрпризов. За несколько недель до поездки разверните доску, надуйте её и оставьте на 2-3 часа. Если борд сдулся — обратитесь в сервисный центр и убедитесь, что ремонт проведён качественно. Лучше потратить время один раз, чем потом заканчивать своё путешествие раньше запланированного срока. Помните о том, что весло или плавник в любой момент могут выйти из строя, поэтому постарайтесь взять запасной комплект всех сменных деталей САПа.

Е) Хорошая компания. Не самый главный с технической точки зрения, однако тоже немаловажный момент — отправляйтесь в путешествие с теми людьми, с которыми вам комфортно в сложных обстоятельствах. Учитывайте тот факт, что вам вместе придётся проходить через сложности, доверять друг другу, а ещё, и это самое важное — делиться с ними едой! Шутки шутками, но, чтобы поездка принесла вам только положительные эмоции, постарайтесь выбрать комфортную для вас компанию.

Правильный ответ: А, Б, В, Г, Д, Е

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

5. Прочитайте текст и установите последовательность установки палатки.

А) Соберите каркас и закрепите на нем палатку. В зависимости от конструкции схема отличается. В палатке с внутренним каркасом сначала разложите внутреннюю часть, вставьте дуги и закрепите на них палатку, а затем набросьте сверху тент. Палатки с внешним каркасом собирают в другом порядке: сначала устанавливают тент с дугами и только потом закрепляют внутри саму палатку.

Б) Достаньте палатку из чехла и разложите на земле. На этом этапе желательно продумать, в какой стороне вы сделаете вход.

В) Зафиксируйте палатку чем-то тяжелым. Преимущество купольных палаток — их легко перемещать целиком. Обратная сторона — ветер так же легко уносит пустую палатку на сотни метров. Поэтому собранную палатку обязательно заякорите рюкзаком или камнями.

Г) Закрепите палатку колышками и оттяжками. Они не дают палатке гулять под ветром, снимают нагрузку с каркаса и защищают дуги от поломок. Правильно установленные оттяжки еще и обеспечивают вентиляцию.

Д) Соберите чехол от палатки и прочие мелочи в одно место. На скорость установки палатки это не влияет, но чехлы, лишние оттяжки и запасные колышки, если были аккуратно сложены, значительно ускорят обратный процесс. Лучше всего хранить всё в кармане внутри палатки.

Е) Подготовьте место под палатку: уберите камни и ветки, примните снег или траву. Не пропускайте этот пункт: убрать что-то из-под собранной палатки крайне сложно, а даже маленький камень будет беспокоить во сне. Можно даже встать на четвереньки и руками проверить землю — комфортный сон стоит нескольких неловких минут.

Ж) Соберите дуги палатки, подготовьте колышки и инструмент для забивания, например молоток или камень. Если сразу разложить палатку, ее может унести ветер или намочить дождь, с дугами и колышками ничего не случится. Заодно проверьте, получится ли вбить колышки в почву.

Правильный ответ: Е, Ж, Б, А, В, Г, Д

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

6. Прочитайте текст и установите последовательность этапов переправы:

А) Все верёвки перетягиваются на целевой берег.

Б) Когда переправляется последний участник, то он на втором конце сопровождающей веревке вяжет узел восьмерку-проводник и пристегивает его к карабинной удавке на опоре.

В) Участник переправы должен пристегнуться к натянутой верёвке карабином уса самостраховки и грузовым карабином от блокировки страховочной системы.

Г) Каждого переправляющегося сопровождают другие члены команды с берега, держа сопровождающую верёвку двумя руками в перчатках.

Д) К переправляющемуся надо пристегнуть сопровождающую верёвку в блокировку страховочной системы;

Е) Располагаясь в подвешенном виде на верёвке, головой вперёд, надо подтягивая себя руками по верёвке перебраться на другую сторону оврага.

Ж) При откреплении от перильной верёвки вначале открепляют грузовой карабин, а потом страховочный ус и сопровождающую верёвку.

З) От точки опоры целевого берега отвязывают штыковой узел от карабина и тянут за сопровождающую верёвку, которая распускает узел карабинная удавка на исходном берегу.

Правильный ответ: Д, В, Е, Г, Ж, Б, З, А

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

7. Прочитайте текст и установите последовательность правил для снижения риска травматизма при переправах через реку:

А) Наиболее типичная ошибка - отсутствие (прекращение) страховки и самостраховки.

Б) Прежде чем начать переправу, следует проверить надежность точек закрепления, состояние веревок

В) Перед осуществлением переправы необходимо тщательно разведать берега, дать оценку обстановке с учетом силы и скорости потока, глубины и рельефа русла, возможности использования опор, отобрать материалы и снаряжение для организации переправы.

Г) Осуществляйте переход только в одежде и обуви.

Д) При переправе с опорой на шест упираться им следует выше по течению.

Е) При групповой переправе - строжайшая дисциплина и порядок.

Ж) Переходите реку только в том месте, разведку которого ваша группа произвела.

З) Не забывайте выставлять перехватчиков ниже по течению реки.

Правильный ответ: В, Б, Д, Ж, Г, З, Е, А

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

8. Прочитайте текст и установите последовательность критериев в выборе стоянки для ночлега.

А) Вид, открывающийся с места стоянки, должен радовать глаз и ласкать душу.

Б) Рядом - родник, в худшем случае - ручей с холодной водой; но чтобы в случае сильного дождя он не превращался в бурную реку.

В) Быть безлюдной и расположенной как можно дальше от селений.

Г) На стоянке должно быть достаточно топлива.

Д) Близко (ну никак не далее 20 м) должен быть густой лес.

Е) Это место, где можно было бы поставить палатку таким образом, чтобы днем она была в тени, а утром ее освещало солнце.

Ж) Рядом должна быть река.

З) Рядом не должно быть высокой горы с угрозой оползня.

И) Не должно быть избытка насекомых.

Правильный ответ: В, Г, Д, Е, Ж, З, Б, И, А

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

Задания открытого типа

Задания открытого типа на дополнение

1. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Гражданин, посещающий страну (место) временного пребывания в целях ознакомления с ее туристскими ресурсами без предоставления услуг размещения, на период не более 24 часов – это _____

Правильный ответ: экскурсант

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

2. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Гражданин, посещающий страну (или место) временного пребывания с определенными целями, без занятия оплачиваемой деятельностью в стране пребывания и осуществляющий, по меньшей мере, одну ночевку в этой стране – это _____

Правильный ответ: турист

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

3. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Посещение с целью ознакомления музеев, выставок, других мест туристского интереса, кратковременные поездки (прогулки) с образовательными, спортивными или иными целями на коллективной или индивидуальной основе - это _____.

Правильный ответ: экскурсия

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

4. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Относительно спокойный участок реки без водных препятствий (порогов, шивер, перекатов, водопадов и т.д.) - это _____.

Правильный ответ: плес

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

5. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Водное препятствие, характеризующееся падением большой массы воды в реке с уступа, пересекающего речное русло. Отличается от речного порога гораздо более резким перепадом высоты и отвесным падением воды – это _____.

Правильный ответ: водопад

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

6. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Юридическое лицо или индивидуальный предприниматель, имеющее на праве собственности, условиях аренды или ином законном основании права на пассажирское транспортное средство (наземное, водное или воздушное) и осуществляющее регулярные или чартерные перевозки туристов и их багажа на коммерческой основе - это _____.

Правильный ответ: перевозчик

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

7. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Место оказания туристу последней туристской услуги на маршруте, указанной в договоре туристского обслуживания - это _____.

Правильный ответ: конец маршрута

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

8. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Дата выезда туриста из средства размещения - это _____.

Правильный ответ: день отъезда

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

Задания открытого типа с кратким свободным ответом

1. Физическое лицо, имеющее соответствующее профессиональное образование и подготовку, сопровождающий туристов при посещении ими мест туристского интереса и дающий необходимые туристам сведения на их родном языке.

Правильный ответ: экскурсовод / гид / гид-переводчик

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

2. Юридическое лицо или индивидуальный предприниматель, имеющий на праве собственности, условиях аренды или ином законном основании имущественный комплекс (недвижимое имущество), находящийся под единым управлением (руководством), с числом номеров не менее десяти, и предназначенный для предоставления гражданам услуг гостиниц и аналогичных мест проживания.

Правильный ответ: гостиница / коллективное средство размещения / гостиничное предприятие

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

3.Эксплуатант, имеющий лицензию на осуществление воздушной перевозки пассажиров, багажа, грузов, почты и осуществляющий регулярные или чартерные перевозки туристов и их багажа на коммерческой основе.

Правильный ответ: перевозчик воздушный / авиаперевозчик

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

4. Документ, распоряжение туроператора своему контрагенту (принимающей стороне) о предоставлении туристу в соответствии с заключенным договором необходимого туристского обслуживания с гарантией его оплаты в установленном порядке. Содержит полный и конкретный перечень оплаченных туристом услуг, которые должны быть ему предоставлены. На его основании проводится урегулирование взаиморасчетов между принимающей и направляющей сторонами.

Правильный ответ: ваучер / туристский ваучер

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

5.Письменный акцент оферты туроператора или турагента на продажу пакета услуг, являющийся неотъемлемой частью договора на туристское обслуживание, а также документом первичного учета деятельности туроператора или турагента. Бланк строгой отчетности туроператора, служит подтверждением факта заключения договора на туристское обслуживание и его оплату.

Правильный ответ: путевка / туристская путевка

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

6. План последовательных мероприятий с указанием дат и времени пребывания в пунктах остановок на маршруте, в гостинице, посещения мест туристского интереса с целью их осмотра (экскурсий), питания, также перемещения на маршруте с помощью указанных в программе внутримаршрутных транспортных средств.

Правильный ответ: программа туристского путешествия / программа обслуживания / программа пребывания

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

7.Одноразовый акт бронирования определенных услуг на определенные сроки для определенных туристов.

Правильный ответ: заказ / резервация

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

Правильный ответ: время предоставления номера диалог учебный / chick
in time

Задания открытого типа с развернутым ответом

A collection of various camping and hiking gear items including a tent, sleeping bag, backpack, boots, and various tools.

Время выполнения – 30 минут.

Туристическое снаряжение: трекинговый, туристический или экспедиционный рюкзак с анатомической подвесной системой и жёсткой спиной (объем 60-90 литров), спальный мешок с температурой комфорта 0С или ниже. Форма кокон, вес не более 1,5 кг, синтетический или пуховый - не важно. К пуховому обязательно взять гермомешок по размеру, коврик под спальник (если коврик самонадувающийся или надувной, взять ремнабор для заклейки), трекинговые палки – телескопические или складные палки для пеших и горных походов, непромокаемая накидка на рюкзак - по размеру рюкзака, фонарик налобный, с комплектом запасных батареек/аккумуляторов, солнцезащитные очки в футляре - с фактором не ниже 3, посуда походная - кружка, ложка, миска, нож (КЛМН) в тканевом мешочке, гермомешок для сухих вещей - не менее 25 л., гамаши (гетры) - для защиты ног от камней, снега и т.д., сидушка (подпопник), фляжка (пластиковая бутылка) для воды объемом 0,5 литра, мешочки для упаковки личных вещей или продуктов, туристическая обувь, ботинки трекинговые (высокие) для горных походов (желательно (не обязательно), чтобы ботинки были из кожи или нубука), сменная обувь для лагеря и города: кроссовки или сандалии/кроксы, одежда для похода,

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

2. Ситуационная задача



Ожидаемый результат:

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

3. Ситуационная задача 3

Главное правило похода гласит: “Взять побольше, унести подальше и там все это съесть!”

Унести подальше постепенно становится все проще, благодаря новым облегченным упаковкам. Существует множество вариантов классического походного меню, по сложившейся традиции, именуемого раскладкой. Оно может быть как многокомпонентным, так и состоять исключительно из готовых блюд, что очень удобно и значительно экономит время. Но самое главное – питание в туристическом походе должно быть правильным, полезным и питательным, способным полноценно восполнить затраченные силы и энергию.

Предложите походное меню.

Время выполнения – 15 минут.

Ожидаемый результат:

Вариант первый - классический:

Завтрак – овсяная каша (из расчета 40-60 гр. сухого продукта на человека) с сухофруктами и сгущенным молоком, бутерброд с сыром, чай/кофе.

Обед – суп-лапша куриная (готовая суповая смесь из пакетика либо сублимированные овощи с лапшой плюс филе цыпленка тушеное), бутерброд с колбасой, хлеб, шоколадный батончик, чай.

Ужин – гречка с говядиной (гречневая крупа плюс говядина тушеная), хлеб, печенье, конфеты, чай.

Вариант второй – аналогичный, но с использованием готовых блюд:

Завтрак – овсяная каша с сухофруктами и сгущенным молоком, бутерброд с сыром, чай/кофе.

Обед – куриный суп по домашнему, бутерброд с бужениной, хлеб, шоколадный батончик, чай.

Ужин – гречка с говядиной, хлеб, печенье, конфеты, чай.

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

4. Ситуационная задача

Разработайте меню в трехдневный поход.

Время выполнения – 15 минут.

Ожидаемый результат:

1-й день меню в поход

Завтрак - пшенная каша с сухофруктами и сгущенным молоком, бутерброд с плавленым сыром, чай/кофе.

Обед - гороховый суп, бутерброд с колбасой, хлеб, шоколадный батончик, чай.

Ужин - говядина с макаронами, хлеб, вафли, конфеты, чай.

2-й день меню в поход

Завтрак - рисовая каша с орешками и сгущенным молоком, бутерброд с сыром, чай/кофе.

Обед - борщ, бутерброд с бужениной, хлеб, батончик мюсли, чай.

Ужин - котлета с гречей, хлеб, пряники, изюм в шоколаде, чай.

3-й день меню в поход

Завтрак - каша "Геркулес" с курагой и изюмом на сгущенном молоке, бутерброд с сыром, чай/кофе.

Обед - рассольник, бутерброд с колбасой, хлеб, шоколад, чай.

Ужин - цыпленок с рисом и овощным соусом, хлеб, печенье, мармелад, чай.

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

5. Ситуационная задача

Перечислите права и обязанности руководителя похода.

Время выполнения – 20 минут.

Ожидаемый результат:

Руководитель спортивного похода, как правило, выбирается членами группы, но может в порядке собственной инициативы набрать группу самостоятельно.

Руководитель обязан:

- обеспечить подбор членов группы по их туристской квалификации, физической и технической подготовленности, а также психологической совместимости;
- ознакомиться с районом похода;
- изучить сложные участки маршрута и способы их преодоления, подготовить картографический материал;
- провести необходимые тренировки группы;
- организовать подготовку и подбор снаряжения, продуктов питания, составление сметы расходов;
- получить при необходимости разрешение на посещение районов с ограниченным доступом (погранзона, заповедник...);
- оформить маршрутные документы;
- при необходимости решить иные вопросы, необходимые при организации и проведении (решить страховые вопросы и др.);
- в случае изменения маршрута, состава группы после выезда сообщить об этом (по возможности) в контролируюшую МКК;
- сообщить в МКК и ПСС о выходе на маршрут и о завершении маршрута. Если документы рассматривались в зональной или МКК ТССР, то сообщение направляется в свою территориальную контролирующую МКК, в которой группа предварительно регистрируется;
- соблюдать маршрут и выполнять полученные в МКК указания и рекомендации;

- принимать необходимые меры, направленные на обеспечение безопасности участников, вплоть до изменения или прекращения маршрута в связи с возникшими опасными природными явлениями и другими обстоятельствами, а также, в случае необходимости, оказания помощи пострадавшему. При этом усложнение маршрута допускается лишь в исключительных случаях и не дает основания для повышения зачетной категории сложности похода;

- назначать в случае временного разделения группы в каждой подгруппе своих заместителей из наиболее подготовленных участников, определять задание, контрольные сроки, порядок действий и связи;

- обеспечить, и утвердить в МКК, в случае предусмотренного планом похода разделение группы на большие сроки, состав и квалификацию членов подгрупп и их руководителей в соответствии со сложностью препятствий, содержащихся в маршрутах подгрупп;

- руководитель может производить разделение группы в аварийной ситуации, исходя из реального наличия сил и средств, конкретной обстановки и максимальной вероятности выполнения задач по ликвидации аварии, назначив в каждой подгруппе руководителя;

- сообщить о происшедшем несчастном случае в ближайшие ПСС или органы внутренних дел, а также в МКК;

- оформить отчет о походе и представить его МКК, а после рассмотрения отчета оформить справки членам группы о совершенном походе или сделать соответствующие записи (для СП) в книжке спортсмена.

Руководитель СП имеет право:

- после обсуждения на собрании группы исключить из числа участников туриста, оказавшегося по моральным качествам или спортивно-техническим данным, не подготовленным к прохождению маршрута. Если такая необходимость возникла в походе, турист при первой возможности доставляется в населенный пункт для отправки его к месту жительства;

- передавать в случае необходимости руководство походом своему заместителю или другому участнику, имеющему соответствующую квалификацию;

- требовать разбора действий участников на маршруте;

- обращаться в туристско-спортивные организации при несогласии с результатами разбора его действий;

- выпускаться на маршруты в любых полномочных МКК, имеющих полномочия выпуска на маршрут заявляемой категории сложности по данному виду туризма. Выписанные этими МКК справки о совершенных походах действительны при присвоении соответствующих разрядов и званий по СП.

Руководитель должен связаться с региональной ПСС и информировать ее о графике движения и контрольных сроках.

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

6. Ситуационная задача

Вопрос:

Перечислите права и обязанности членов туристической группы.

Время выполнения – 20 минут.

Ожидаемый результат:

Обязанности и права участников

Участник похода обязан:

- выполнять своевременно указания руководителя похода;
- в период подготовки к походу пройти медицинский осмотр;
- своевременно информировать руководителя похода об ухудшении состояния здоровья;
- знать о степени опасности и риске для здоровья и жизни при прохождении маршрута, что удостоверяется его подписью;
- участвовать в подготовке похода, тренировках и составлении отчета (для СП).
- Участник похода имеет право:
 - выбирать руководителя похода;
 - участвовать в выборе и разработке маршрута;
 - после окончания похода обсуждать действия руководителя и участников похода, в случае несогласия с их действиями, обращаться в туристско-спортивные организации;
 - участвовать в разборе туристско-спортивными организациями действий группы и его собственных.
 - оформить разряд и звание по СП на основании имеющихся справок о прохождении маршрутов.

За нарушение Правил туристско-спортивные организации (МКК федераций спортивного туризма) могут применять следующие меры воздействия:

- не засчитывать участие, руководство в совершенном походе;
- не засчитывать предыдущий опыт;
- лишить спортивных званий, снизить или аннулировать спортивный разряд;
- запретить участвовать, руководить в походах определенной категории сложности на некоторый срок.

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

7. Ситуационная задача

Перечислите этапы подготовки похода.

Время выполнения – 20 минут.

Ожидаемый результат:

1. Исследование туристских ресурсов по предполагаемой трассе маршрута.
2. Выявление ограничений по потреблению туристских ресурсов.

3. Маркетинг рынка на туристские услуги по данной трассе маршрута.
 4. Определение типа маршрута.
 5. Построение эскизной модели маршрута.
 6. Построение трассы маршрута.
 7. Составление календарного плана путешествия, графика движения группы.
 8. Привязка маршрута к пунктам жизнеобеспечения.
 9. Разработка схемы безопасности на маршруте.
 10. Разработка паспорта маршрута.
 11. Пробный поход по маршруту.
 12. Внесение изменений в схему маршрута.
- Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

8. Ситуационная задача

Вопросы:

1. Виды походов по продолжительности.
 2. Порядок организации похода
 3. Основные виды работ в походе
- Время выполнения – 30 минут.

Ожидаемый результат:

1. Виды походов по продолжительности
 - Однодневный (поход выходного дня) – без ночевки.
 - Двухдневный (одна ночевка).
 - Многодневный.

Эти виды походов заметно отличаются друг от друга особенностями организации. Например, во время ОДНОЙ ночевки почти никто не спит. Можно просто пересидеть ночь у костра. Поэтому не требуется серьезной организации лагеря, а также утепленных спальников и т.п. Но уже при двух ночевках подход совсем другой.

Однодневный поход обычно воспринимается как пикник.

Главное – развлечься и весело провести время.

В двухдневном походе главное – ночная романтика. Раз так, нужно обратить внимание на организацию некоей деятельности у костра: пение под гитару, рассказывание каких-то историй, а также дежурство у костра – осенью для обогрева замерзших, летом – скорее, как ритуал.

В многодневном походе главное, во-первых, – физическая нагрузка и проверка возможностей человека, во-вторых – обучение и применение на практике полученных туристических навыков.

2. Порядок организации похода

Что нужно учесть при разработке маршрута и планировании похода:

- поблизости должна быть питьевая вода (с супом и компотом – 2-2,5 л в сутки на человека); если нет – придется нести ее на себе или добывать

специальными способами, но в этом случае ее качество может быть сомнительным;

- должно быть топливо для обогрева и приготовления пищи (в месте стоянок должны быть доступные и некриминальные дрова (не все деревья можно рубить), либо с собой следует приносить газовую плитку);

- при выходе с неопытными или физически слабо подготовленными туристами поблизости должен быть общественный транспорт для эвакуации в случае травмы;

- желательно учитывать наличие медиков в окрестных населенных пунктах; если есть возможность, следует в группу включить врача;

- должны быть места для купания и игр;

- нужно знать, опасны ли места по энцефалиту;

- посещение лесов должно быть разрешено пожарными;

- нужна программа похода: купание (нужен хорошо плавающий член команды), спортивные игры, туристская субкультура (песни под гитару, байки, кулинарные рецепты), фотографирование, изучение природы и истории мест, где проходит поход, дополнительные испытания (робинзоада, скаутские испытания), ориентирование и топография.

3. Основные виды работ в походе

- Сбор дров. Нужно их собрать и запасти в светлое время суток. Рубить даже сухостой не рекомендуется, нужно собирать валежник.

- Разжигание и поддержание костра. Не бросать в огонь пластик, так как на нем готовят пищу, в том числе и в золе. В дождь приходится просушивать дрова, в ветер – строить у костра защитную стенку.

- Добывание воды.

- Установка палаток, организация лагеря, в том числе сооружение туалета, места для приема пищи и т.п.

- Утилизация отходов. Консервные банки следует обжигать.

- Приготовление пищи. Не забывать ложки, поварешки, перчатки. Нужно сооружать подвес для котла.

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): УК-5, ОПК-9, ОПК-11

Экспертное заключение

Представленный фонд оценочных средств (далее – ФОС) по дисциплине «Спортивно-оздоровительный туризм» соответствует требованиям ФГОС ВО.

Предлагаемые формы и средства текущего и промежуточного контроля адекватны целям и задачам реализации основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлены в полном объеме.

Виды оценочных средств, включенные в представленный фонд, отвечают основным принципам формирования ФОС.

Разработанный и представленный для экспертизы фонд оценочных средств рекомендуется к использованию в процессе подготовки обучающихся по указанному направлению.

Председатель учебно-методической комиссии
Института гражданской защиты



Д.В. Михайлов

Лист изменений и дополнений

№ п/п	Виды дополнений и изменений	Дата и номер протокола заседания кафедры (кафедр), на котором были рассмотрены и одобрены изменения и дополнения	Подпись (с расшифровкой) заведующего кафедрой (заведующих кафедрами)