

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

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

Институт физического воспитания и спорта

Кафедра теории и методики физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ

Директор Института физического
воспитания и спорта

 А. А. Губарев
« 14 » сентября 2025 г.

Приложение к рабочей программе учебной дисциплины

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

**для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
обучающихся по дисциплине**

РЕКРЕАЦИОННЫЙ ТУРИЗМ

По направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки Физкультурное образование

Квалификация выпускника бакалавр

Форма обучения очная, заочная

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

Разработчик

к.п.н., доцент Богданова Е.В., 

ст. преп. Фоменко А.В.

Заведующий кафедрой теории и
методики физического воспитания
Богданова Е.В.

Луганск, 2025

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1. Область применения

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

1.2. Цели и задачи фонда оценочных средств

Цель ФОС – установить соответствие уровня подготовки обучающегося требованиям ФГОС ВО бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 № 940 (с изменениями и дополнениями)

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

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

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижений
Общепрофессиональные	
ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение к занимающимся физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	ОПК-6.1. Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; ОПК-6.2. Умеет:

	<ul style="list-style-type: none"> - определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. <p>ОПК-6.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - навыками применения методик оценки физического развития детей и подростков; - навыками использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся; - навыками совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - навыками организации встреч обучающихся с известными спортсменами; <p>навыками использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.</p>
--	---

1.4. Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности

Этапы формирования компетенций	Компетенции	Контрольно-оценочные средства / способ оценивания
История развития спортивного туризма.	ОПК - 6	Устный опрос. Конспект.
Классификация спортивного	ОПК - 6	Устный опрос.

туризма.		Конспект.
Особенности туристического путешествия пешком	ОПК - 6	Устный опрос. Конспект.
Особенности туристического путешествия в горах.	ОПК - 6	Устный опрос. Конспект.
Движение по пересеченной местности.	ОПК - 6	Устный опрос. Конспект.
Организация и проведение лыжного похода.	ОПК - 6	Устный опрос. Конспект.
Особенности водного туризма	ОПК - 6	Устный опрос. Конспект.
Текущая аттестация	ОПК - 6	Контрольная работа
Промежуточная аттестация	ОПК - 6	Зачет

1.5. Описание показателей формирования компетенций

Код компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели)
ОПК-6	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю развития туризма; - роль рекреационного туризма как средства физической культуры и спорта; - методику оздоровительных, физкультурно-спортивных занятий туристической направленности с различными возрастными группами населения; - методику подготовки спортсменов в туризме; - возрастно-половые особенности развития физических качеств и формирования туристических навыков; - основы научной и методической деятельности в сфере рекреационного туризма. - знать медико-биологические предпосылки и особенности занятий физической культурой и различными видами спорта с целью сохранения здоровья занимающихся; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - пользоваться методикой обучения различных групп людей двигательным действиям, развития физических качеств в процессе занятий рекреационным туризмом; - планировать и проводить основные формы физкультурно-оздоровительных занятий туристической направленности с детьми дошкольного и школьного возрастов, взрослыми людьми с учетом санитарно-

	<p>гигиенических, климатических, региональных и национальных условий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать и оценивать эффективность физкультурно-спортивных занятий туристической направленности; - осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения занятий; - планировать и проводить мероприятия по профилактике травматизма; - организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам физического воспитания, оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки на основе рекреационного туризма; - овладевать новыми по отношению к полученному в вузе образованию видами физкультурно-спортивной деятельности в процессе самообразования и самосовершенствования; - применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий по туризму; - определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развития физических качеств и находить методику их устранения на занятиях по туризму. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками творческого обобщения полученных знаний, конкретного и объективного изложения своих знаний в письменной и устной формам в области туризма; - навыками решения учебно-воспитательных задач в спортивном туризме применять полученные знания, умения и навыки на практике; - навыками самостоятельно проводить рекреационную деятельность в учреждениях различного типа с учетом особенностей занимающихся, а также гигиенических и естественно-средовых факторов; - актуальными для избранного вида спорта технологиями педагогического контроля и коррекции, средствами и методами управления состоянием человека; - навыками реализации физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных, спортивных,
--	---

	профессионально-прикладных и гигиенических задач при организации занятий; - навыками применения санитарно-гигиенических правил безопасности при проведении занятий по физической культуре и занятиях спортом.
--	--

1.6. Критерии оценивания компетенций на разных этапах их формирования

Система оценивания учебных достижений студентов очной / заочной формы обучения

Вид текущей учебной работы	Количество баллов
Устный опрос	30
Написание реферата	20
Конспект лекций	10
Самостоятельная работа	10
Зачет	30
Итого за семестр:	100

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбалльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90-100	А – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	83-89	В – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	75-82	С – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с	

		освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетворительно	63-74	D – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетворительно	50-62	E – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	21-49	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	Не зачтено
Неудовлетворительно	0-20	F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий	

2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

2.1. Оценочные средства текущего контроля

Теоретическая часть.

Текущие и промежуточные аттестации по теоретической части УМКД представляют собой ряд контрольных заданий в виде вопросов, которые проверяются путем проверки конспекта лекций, написания реферата и устного опроса. Ответы на вопросы должны отражать знание истории развития туризма, классификацию туризма, особенности организации и проведения туристического похода и т.д.

Практическая часть:

– Выполнить запланированную программу практических занятий в полном объеме.

– Написать реферат.

– Ответить на тестовые вопросы.

– Знать особенности организации различных видов туризма.

Практические задания:

История развития рекреационного туризма. Классификация туризма. Особенности туристического путешествия пешком. Особенности туристического путешествия в горах. Движение по пересеченной местности. Организация и проведение лыжного похода. Особенности путешествия по воде.

Тестовые вопросы к семинарским занятиям по дисциплине «Рекреационный туризм»

Распределение обязанностей в группе

1. Кто в группе отвечает за питание?

1. Руководитель. 2. Завхоз. 3. Реммастер. 4. Медик. 5. Хронометрист

2. Кто в группе контролирует время (ходовое)?

1. Реммастер 2. Руководитель 3. Медик 4. Хронометрист 5. Завхоз

3. Кто в группе отвечает за ремонт и подготовку снаряжения?

1. Реммастер 2. Медик 3. Завхоз 4. Хронометрист 5. Руководитель

4. Кто отвечает в группе за доврачебную медицинскую помощь?

1. Руководитель 2. Медик 3. Завхоз 4. Хронометрист 5. Фотограф

5. Кто в походе отвечает за жизнь и безопасность?

1. Руководитель 2. Завхоз 3. Медик 4. Хронометрист 5. Реммастер

6. Кем является каждый идущий в поход?

1. Руководителем 2. Завхозом 3. Групповиком 4. Участником 5. Фотографом

7. Чем обязан заниматься завхоз?

1. Во время подготовки к походу?

2. В походе?

3. После похода?

а) Закупать продукты.

б) Следить за дежурными.

в) Расфасовывать продукты.

г) Стирать мешочки от продуктов.

д) Распределять продукты и снаряжение.

е) Закупать продукты в походе.

ж) Составлять график дежурств.

8. Чем обязан заниматься хронометрист?

1. Перед походом?
 2. В походе?
 3. После похода?
- а) Фиксировать ходовое время.
 - б) Подготовить блокнот, карандаш и часы.
 - в) Фиксировать все контрольные пункты, азимуты движения и т.д.
 - г) Составить таблицу хронометража и отдать руководителю для отчета.
 - д) Забывать записывать ходовое время.
 - е) Фиксировать пройденные километры.

9. Каковы обязанности руководителя группы?

1. Во время подготовки к походу?
 2. В походе?
 3. После похода?
- а) Оформить отчет о походе.
 - б) Организовать подготовку к походу.
 - в) Закупать продукты.
 - г) Пройти всестороннюю подготовку до начала похода.
 - д) Делать отметки о прохождении маршрута в контрольных пунктах.
 - е) Помогать попавшим в беду.

10. Кто и за что отвечает в походе?

1. Хронометрист?
 2. Завхоз?
 3. Реммастер?
 4. Медик?
- а) Приобретает и хранит ремонтный инструмент.
 - б) Фиксирует прохождение контрольных пунктов.
 - в) Составляет меню.
 - д) Фиксирует время в пути.
 - г) Руководит ремонтом.
 - е) Приобретает и хранит медаптечку.
 - ж) Распределяет продукты и снаряжение
 - з) Следит за выполнением санитарных правил

ОТВЕТЫ

№	ответ	№	ответ	№	ответ	№	ответ
1	2	6	4	9	2-а,в,е. 3-г.	Х	1- б, д. 2- в, ж. 3-а, г. 4-е, з.
2	4	7	1- а,в,д,ж.				
3	1		2-б,е.	10	1-б. 2-д, е. 3-а.		
4	2		3-г.				
5	1	8	1-б.				

Туристское снаряжение

1. Что относится к личному снаряжению?

1. Палатка. 2. Рюкзак. 3. Котелок. 4. Куртка. 5. Нож.

2. Что относится к общественному (групповому) снаряжению?

- 1.Свитер. 2. Картографический материал. 3. Веревка. 4. Велосипед. 5. Топор.

3. Что относится к специальному снаряжению?

1. Лыжи. 2. Ботинки. 3. Коврик. 4. Бахилы. 5. Спальник групповой.

4. Какое личное снаряжение надо взять в поход, чтобы было тепло спать в палатке?

1. Кроссовки. 2. Свитер. 3. Носки шерстяные. 4. Белую рубашку. 5. Шапку.

5. Без какого снаряжения нельзя пойти кататься на лыжах?

1. Кружки. 2. Куртки. 3. Котелок. 4. Лыжи. 5. Рукавицы.

6. Что относится к костровому снаряжению?

1. Кружка. 2. Котелок. 3. Топор. 4. Трос с крючками. 5. Половник.

7. Что надо взять в ремнабор для ремонта лыж?

1. Отвертку. 2. Лезвие. 3. Шило. 4. Шурупы. 5. Стамеску.

8. Что надо взять в ремнабор для ремонта лямок рюкзака?

1. Напильник. 2. Толстую иглу. 3. Капроновые нитки. 4. Гвозди. 5. Пассатижи.

9. Какая деталь на рюкзаке необходима и обязательна в зимнем походе?

1. Карман. 2. Тубус. 3. Пояс. 4. Шнуровка боковая. 5. Стяжки боковые.

10. Какой спальный мешок предпочтительнее брать с собой в зимний поход, когда идешь с учащимися?

1. Одноместный. 2. Кокон. 3. Одеяло. 4. Многоместный. 5. Любой.

11. Какие лыжи предпочтительнее брать в лыжный поход?

- | | |
|-------------------------|-----------------------|
| 1. В горном районе? | а) «Бескид» |
| 2. В лесном районе? | б) «Турист» |
| 3. Для лыжной прогулки? | в) «Лесные» |
| | г) «Тайга» |
| | д) Беговые деревянные |
| | е) Беговые (пластик) |

12. Что обязательно должно быть на штормовке у туриста лыжника?

1. Капюшон с опушкой. 2. Большой нагрудный карман. 3. Тубусы на рукавах.
4. Резинка внизу. 5. Боковые карманы.

13. Какое снаряжение туриста – лыжника защищает его ноги от отморожения и попадания снега?

1. Ботинки. 2. Носки. 3. Бахилы. 4. Чуни. 5. Брюки штормовые.

14. Какое «приспособление» желательно иметь в походе, чтобы было безопасно сидеть у костра, на снегу, на мокрой кочке?

1. Стул. 2. меховые рукавицы. 3. Подстилку из меха. 4. Рюкзак. 5. Сидушку.

5. Что может надежно защитить лицо участника лыжного похода при сильном ветре?

1. Маска. 2. Шарф. 3. Воротник свитера. 4. Рукавица. 5. Капюшон.

16. Что надо одеть на ноги ночью, чтобы они не мерзли в спальнике?

1. Мокрые валенки. 2. Чуни или меховые чулки. 3. Шерстяные носки. 4. Намотать портянки. 5. Ботинки.

17. В чем должно лежать КЛМН, чтобы оно не терялось у костра и в рюкзаке?

1. В полиэтиленовом мешке. 2. В тряпичном мешке. 3. Просто так. 4. В кармане рюкзака.

18. Какое общественное снаряжение необходимо, чтобы переночевать в сильный мороз в шатре?

1. Топор. 2. Печка. 3. Ремнабор. 4. Тент.

ОТВЕТЫ:

№	ответы	№	ответы
1	2, 4, 5.	12	1,3,4.
2	2, 3, 5.	13	3.
3	1, 4.	14	5.
4	2, 3, 5.	15	1.
5	2, 4, 5.	16	2,3.
6	2, 3, 4, 5.	17	2.
7	1, 3, 4.	18	2.
8	2,3,5.		
9	2.		
10	4		
11	1-а,б. 2-а,б,в,г. 3-д,е		

1. Какие действия у костра могут привести к травме (ожогу)?

1. Сушка обуви.
2. Махание горячей веткой.
3. Борьба за место у костра.
4. Бег вокруг костра.
5. Чтение книги.

2. Каков порядок установки палатки?

1. Застегнуть вход палатки.
2. Вынуть палатку из чехла.
3. Натянуть и закрепить боковые оттяжки.
4. Закрепить натяжение центральных оттяжек с помощью колышек.
5. Растянуть и закрепить днище палатки.
6. Поставить центральные стойки спереди и сзади палатки.

3. Каков порядок сборки палатки?

1. Выдернуть из земли все колышки, удерживающие палатку.
2. Взявшись за центральные оттяжки конька собрать все оттяжки, расположенные с одной и с другой стороны конька.
3. Уложить в чехол.
4. Вывернуть палатку на левую сторону, вытряхнуть мусор, затем вернуть палатку в исходное состояние.
5. Уложить на землю и свернуть.

4. В какой последовательности надо завалить дерево толщиной 25 – 30 см. и более?

1. Сделать подруб запила (со стороны 1/3).
2. Определить естественный наклон дерева.
3. Когда дерево начнет падать, отойти в сторону.
4. Сделать надпил на 1/3 толщины ствола со стороны, куда надо завалить дерево.
5. С другой стороны на 10 – 15 см. выше первого сделать надпил, пока оба надпила не совместятся.

5. Что нельзя делать, когда валишь дерево?

1. Проверять насадку топора.
2. Ничего.
3. Все можно делать.
4. Раскачивать подпиленное дерево.
5. Подрубать первый надпил.

6. Как надо обрубать сучки на поваленном дереве?

1. Как хочешь.
2. От вершины к комелю.
3. Справа от середины ствола.
4. От комеля к вершине.
5. Слева от середины ствола.

7. Какой тип костра применяется для освещения?

1. Нодья.
2. Колодец.
3. Таежный.
4. Шалаш.
5. Любой.

8. Какой тип костра лучше применять большой группе при плохой погоде?

1. Нодья.
2. Колодец.
3. Шалаш.
4. Таежный.
5. Любой.

9. Какой тип костра лучше применять при аварийной ночевке в лесу?

1. Шалаш.
2. Колодец.
3. Таежный.
4. Любой.
5. Нодья.

10. Как правильно развести костер?

1. Приготовить дрова от тонких до толстых.
2. Зажечь березовую кору.
3. Подготовить площадку для костра (окопать, обложить камнями).
4. Положить березовую кору на настил, сверху положить тонкие дрова (ветки), а еще выше – потолще.
5. Сделать настил из толстых веток.
6. Заготовить березовую кору.
7. По мере возгорания пламени подкладывать потолще ветки.

11. Зимой, после установки шатра с печкой, должен ли быть постоянный дежурный у горячей печи?

1. Без разницы.
2. Да.
3. Нет.
4. Может быть временно (подкинуть дрова).

12. Как надо сушить ботинки у костра?

1. Поставил и ушел.
2. Поставил и попросил дежурного присмотреть.
3. Не знаю.
4. Поставил перед собой и постоянно их поворачивать.
5. Держишь ботинки в руках.

13. Как надо сушить ботинки у печки в шатре?

1. Поставить под печку.
2. Поставить возле печки и уйти.
3. Держать в руках.
4. Постоянно следить за ними.
5. Подвесить к крыше шатра или на кол.

14. Можно ли оставлять зажженную свечу без присмотра в шатре (палатке)?

1. Можно.
2. Нельзя.
3. Можно, но иногда заглядывать в шатер.
4. Можно на пять минут.

15. Что жизненно необходимо при ночном дежурстве у печи в шатре?

1. Сухое горючее и растопка.
2. Чай.
3. Дрова.
4. Фонарь.
5. Кружка.

16. Где должен располагаться центр тяжести рюкзака по отношению к центру тяжести тела человека?

1. Выше. 2. Ниже 3. Справа. 4. Как можно ближе. 5. Слева.

ОТВЕТЫ:

№	ответы	№	ответы
1	2,3,4.	9	5.
2	2,5,6,1,4,3.	10	3,5,1,6,4,2,7,
3	1,4,2,5,3.	11	2.
4	2,4,1,5,3.	12	3,5.
5	4.	13	3,4,5.
6	2.	14	2.
7	4.	15	1.
8	2,4.	16	4.

Вязание узлов

1. Какие узлы используются для вязки петель?

1. Прямой. 2. Восьмерка. 3. Булинь. 4. Ткацкий. 5. Штык.

2. Какие узлы используются для связывания веревок одного диаметра?

1. Прямой. 2. Двойной проводник. 3. Ткацкий. 4. Булинь. 5. Встречный.

3. Какие узлы используются для связывания веревок разного диаметра?

1. Академический. 2. Ткацкий. 3. Прямой. 4. Встречный. 5. Брамшкотовый.

4. Какие узлы не требуют завязывания на концах веревки контрольных узлов?

1. Восьмерка. 2. Встречный. 3. Ткацкий. 4. Прямой. 5. Проводник.

5. Какой из узлов предназначен для связывания веревок одного диаметра, подвержен саморазвязыванию и сильно затягивается?

1. Встречный. 2. Проводник. 3. Булинь. 4. Прямой. 5. Схватывающий.

6. Какой узел применяется для самостраховки на наклонных перилах?

1. Двойной проводник. 2. Двойной схватывающий. 3. Прямой. 4. Стремя. 5. Удавка.

7. Какой узел применяется для перевязки перетертых веревок и для вязки петли на середине веревки?

1. Австрийский проводник. 2. Серединный проводник. 3. Бабочка. 4. Пчелка. 5. Прямой

8. Какой узел применяется для самостраховки при движении по наклонным перилам, когда веревка мокрая или обледенела?

1. Удавка. 2. Штык. 3. Стремя. 4. Узел Бахмана. 5. Схватывающий.

9. Каким узлом блокируется страховочная система, состоящая из грудной и беседочной обвязок?

1. Проводник. 2. Восьмерка. 3. Булинь. 4. Стремя. 5. Встречный.

ОТВЕТЫ:

№	ответы	№	ответы
1	2,3.	6	2.
2	1,3.	7	2,3,4.
3	1,4,5.	8	4.
4	1,2.	9	3
5	4.		

Ориентирование без компаса

1. Допишите недостающие слова.

1. Направить стрелку _____ 2. На _____, в точку золотую.
 3. Меж стрелкою и цифрой _____ 4. Есть _____ – важен он для нас
 5. Делите _____ пополам 6. И сразу _____ найдете там.

2. С какой стороны располагаются муравейники по отношению к деревьям?

1. Северной. 2. Западной .3. Южной. 4. Восточной. 5. Любой.

3. С какой стороны на хвойных деревьях большое количество смоляных подтеков?

1. Северной. 2. Западной. 3. Южной. 4. Восточной. 5. Любой.
- 4. С какой стороны покрыты лишайником (мхом) деревья и камни?**
1. Северной. 2. Западной. 3. Южной. 4. Восточной. 5. Любой.
- 5. С какой стороны кора на березе белая и чистая?**
1. Северной. 2. Западной. 3. Южной. 4. Восточной. 5. Любой.
- 6. С какой стороны у одиноко стоящего дерева гуще крона?**
7. Северной. 8. Западной. 9. Южной. 10. Восточной. 11. Любой.
- 7. На каких склонах горы быстрее тает снег?**
1. Северных. 2. Западных. 3. Южных. 4. Восточных.
- 8. Какое ребро на квартальном столбике между двумя соседними гранями указывает направление на север?**
1. С наибольшими числами. 2. С любыми.
3. С наибольшим и наименьшим числом. 4. С наименьшими числами.
- 9. На каких склонах оврага быстрее тает снег?**
1. Северных. 2. Западных. 3. Южных. 4. Восточных.

ОТВЕТЫ:

№	ответы	№	ответы
1	Часовую, солнце, час, угол, угол, юг.	5	3.
2	3.	6	3.
3	3.	7	3.
4	1.	8	4.
		9	3.

Примерный перечень тем рефератов

1. Распределение обязанностей в туристическом походе.
2. Снаряжение для похода.
3. Организация туристского лагеря.
4. Вязание узлов.
5. Ориентирование без компаса.
6. История развития туризма.
7. Классификация туризма.
8. Туристские регионы, их характеристика.
9. Курортный потенциал Сибири.
10. Зарубежные курорты, их характеристика.
11. Экологический туризм, его основные принципы.
12. Содержание и формы туризма.
13. Рекреационный туризм, его особенности и разновидности.
14. Обеспечения безопасности в туризме.
15. Туристская подготовка и тренировка; их основные задачи.
16. Выбор района и составление плана похода.
17. Понятие туристского похода, их классификация.
18. Пеший туризм. Особенности вида. Районы походов.
19. Определение расстояний на местности.
20. Организация питания в походе, энергетическая ценность и ассортимент продуктов.
21. Упаковка и хранение продуктов в походе.
22. Режим питания в походе.

23. Индивидуальное снаряжение туриста, основные требования.
24. Спальные мешки. Разновидности, характеристика.
25. Туристские рюкзаки. Разновидности, характеристика.
26. Укладка рюкзака. Основные ошибки и их последствия.
27. Общественное снаряжение группы туристов.
28. Палатки. Разновидности, характеристика.
29. Привалы, биваки, лагеря. Разновидности, требования, техника обустройства.
30. Костер. Виды костров, приготовление пищи.
31. Лыжный туризм. Особенности вида. Районы походов.
32. Основные требования к лыжным походам.
33. Безопасность в лыжном туризме.
34. Порядок и темп движения группы в лыжном путешествии.
35. Горный туризм. Особенности вида. Районы походов.
36. Основные требования безопасности в горном туризме.
37. Водный туризм. Особенности вида. Районы походов.
38. Преодоление препятствий в водном туризме.
39. Требования к снаряжению плавсредств.
40. Основные требования безопасности в водном туризме.
41. Медицинское обеспечение в походе. Медицинский контроль и противопоказания к участию в туристских походах.
42. Основные виды травм в походе и оказание экстренной помощи.
43. Заболевания в походе и оказания экстренной помощи.

2.2. Оценочные средства для промежуточной аттестации

Вопросы к зачету по дисциплине

«Рекреационный туризм»

1. Принципы определения туризма. Понятия путешествия.
2. Туристский продукт. Туроператоры и турагенты, особенности их деятельности.
3. Рекреационное и спортивное направления туризма, их характеристика.
4. Виды туризма и их особенности.
5. Этапы развития туризма в России, их характеристика.
6. Организация самостоятельного туризма в СССР
7. Современное состояние индустрии туризма в России.
8. Современное состояние мирового туризма. Туристские регионы, их характеристика.
9. Рекреационный туризм, его содержание и формы.
10. Курортный туризм, компоненты санаторно-курортной сети.
11. Курортные зоны и курортные агломерации в России.

12. Курортный потенциал Сибири.
13. Зарубежные курорты, их характеристика и перспективность для российского туризма.
14. Экологический туризм, его основные принципы. Национальные парки.
15. Экологический поход, маршруты и особенности.
16. Религиозный туризм, его разновидности. Основные направления религиозного туризма в России и в мире.
17. Образовательный туризм, его разновидности.
18. Деловой туризм, его разновидности.
19. Содержание и формы спортивного туризма, особенности туризма как вида спорта.
20. Экстремальный туризм, его особенности и разновидности.
21. Индустрия спортивного туризма.
22. Гарантии обеспечения безопасности в туризме.
23. Туристская подготовка и тренировка; их основные задачи в приложении к спортивно-оздоровительному туризму.
24. Содержание, разделы и этапы туристской подготовки.
25. Структура тренировочного процесса в туризме, цикличность и
26. Выбор района и составление плана похода, сезонность.
27. Понятие туристского похода, их классификация.
28. Одно-трехдневный поход (поход выходного дня). Разновидности маршрутов походов выходного дня.
29. Маршруты рекреационно-оздоровительных походов, их характеристика.
30. Маршруты многодневных спортивных походов, их характеристика.
31. Формирование тургруппы, распределение обязанностей.
32. Воспитательные спортивные и рекреационные возможности походов.
33. Пеший туризм. Особенности вида. Районы походов
34. Методы определения сторон света и азимута без компаса.
35. Определение расстояний на местности.
36. Организация питания в походе, энергетическая ценность и ассортимент продуктов.
37. Упаковка и хранение продуктов в походе.
38. Режим питания в походе.
39. Индивидуальное снаряжение туриста, основные требования.
40. Спальные мешки. Разновидности, характеристика.
41. Туристские рюкзаки. Разновидности, характеристика.
42. Укладка рюкзака. Основные ошибки и их последствия.
43. Общественное снаряжение группы туристов.
44. Палатки. Разновидности, характеристика.
45. Походная аптечка. Основные составляющие и их назначение.
46. Организация движения на маршруте. Режим движения, привалы.
47. Техника преодоления основных препятствий: сухопутные препятствия (склоны, завалы, заболоченные участки).
48. Техника преодоления основных препятствий: водные препятствия (переправы).

49. Привалы, биваки, лагеря. Разновидности, требования, техника обустройства.
50. Костер. Виды костров, приготовление пищи.
51. Техника установки палатки. Размещение туристов в палатке.
52. Природоохранные мероприятия в походе.
53. Лыжный туризм. Особенности вида. Районы походов.
54. Основные требования к лыжным походам.
55. Безопасность в лыжном туризме.
56. Порядок и темп движения группы в лыжном путешествии.
57. Горный туризм. Особенности вида. Районы походов.
58. Преодоление препятствий в горном туризме.
59. Основные требования безопасности в горном туризме.
60. Выживание при попадании в лавину, обвал, камнепад.
61. Водный туризм. Особенности вида. Районы походов.
62. Преодоление препятствий в водном туризме.
63. Требования к снаряжению плавсредств.
64. Основные требования безопасности в водном туризме.
65. Страховка и самостраховка.
66. Выживание при попадании в воду.
67. Выживание при замерзании.
68. Выживание в лесу.
69. Полевой туристский лагерь. Цели и порядок его организации.
70. Требования к оборудованию базового лагеря. Зоны, выделяемые в лагере.
71. Обеспечение безопасности в туристском походе. Основной принцип безопасного похода – постепенный набор опыта.
72. Объективные и субъективные причины несчастных случаев. Роль человеческого фактора. Профилактика несчастных случаев.
73. Медицинское обеспечение в походе. Медицинский контроль и противопоказания к участию в туристских походах.
74. Основные виды травм в походе и оказание экстренной помощи.
75. Заболевания в походе и оказания экстренной помощи.