

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Тульский государственный университет»

Институт педагогики, физической культуры, спорта и туризма  
Кафедра «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Утверждено на заседании кафедры  
«Физкультурно-оздоровительные  
технологии»  
«24» января 2023г., протокол №6  
Заведующий кафедрой

 С.А. Архипова

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ) ДЛЯ  
ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И  
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО  
ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

**«Основы спортивного туризма»**

**основной профессиональной образовательной программы  
высшего образования – программы бакалавриата**

по направлению подготовки  
**44.03.01 Педагогическое образование**

с направленностью (профилем)  
**Физическая культура**

Форма(ы) обучения: очная

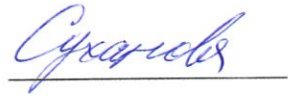
Идентификационный номер образовательной программы: 440301-01-23

Тула 2023 год

**ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ**  
**фонда оценочных средств (оценочных материалов)**

**Разработчик:**

Суханова М.Г., доцент каф. ФОТ, к.п.н.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Суханова', is written over a horizontal line.

## **1. Описание фонда оценочных средств (оценочных материалов)**

Фонд оценочных средств (оценочные материалы) включает в себя контрольные задания и (или) вопросы, которые могут быть предложены обучающемуся в рамках текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю). Указанные контрольные задания и (или) вопросы позволяют оценить достижение обучающимся планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), установленных в соответствующей рабочей программе дисциплины (модуля), а также сформированность компетенций, установленных в соответствующей общей характеристике основной профессиональной образовательной программы.

Полные наименования компетенций и индикаторов их достижения представлены в общей характеристике основной профессиональной образовательной программы.

## **2. Оценочные средства (оценочные материалы) для проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)**

### **Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.1)**

1. Какая команда подается при освобождении участником перильной веревки?

- а) «Пошел!»;
- б) «Вперед!»;
- в) «Быстрее!»;
- г) «Свободно!»;
- д) «Ухожу!».

2. Какая команда подается при провисании страховочной веревки?

- а) «Подтяни!»;
- б) «Выбери!»;
- в) «Возьми!»;
- г) «Забери!»;
- д) «Выдай!».

3. Какая команда подается при сильном натяжении страховочной веревки?

- а) «Отдай!»;
- б) «Выбери!»;
- в) «Расслабь!»;
- г) «Выдай!»;
- д) «Отпусти!».

4. Какая команда подается при готовности к страховке?

- а) «Я держу тебя!»;
- б) «Я страхую!»;
- в) «Страховка готова!»;
- г) «Все нормально!»;
- д) «Можешь идти!».

5. После какой команды страхуемый начинает движение в опасной зоне?

- а) «Можно идти!»;
- б) «Вперед!»;
- в) «Двигай!»;

- г) «Начинай движение!»;
- д) «Пошел!».

6. Девиз самодетельного туризма в России:

- а) «За здоровый образ жизни!»;
- в) «За Духовность, Спорт, Природу!»;
- в) «Движение – это жизнь!»

7. Классификация туризма по целям:

- а) спортивный, познавательный, исследовательский, учебный, экологический и др.;
- б) пешеходный, горный, лыжный, водный, спелео, автото и др.;
- в) детский, семейный, юношеский, молодежный, взрослый.

8. Походы 1, 2, 3-й степени сложности являются:

- а) походами выходного дня;
- б) походами для выполнения юношеских разрядов;
- в) учебными походами.

9. Страховка в туризме — это:

- а) комплекс мер для обеспечения безопасности туристов в походе
- б) вызов группы МЧС
- в) совокупность технических средств и способов пользования ими, обеспечивающих возможность предотвращения тяжелых последствий при срывах и авариях
- г) документ, выданный страховой компанией.

10. Основными задачами соревнований по спортивной дисциплине «Дистанция» являются:

- а) прохождение спортсменами без нарушения правил и в минимально возможное время спортивной дистанции;
- б) отработка и совершенствование технических и тактических приемов;
- в) выявления сильнейших спортсменов и повышения их технического и тактического мастерства.

### **Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.2)**

1. Какие узлы используются для вязки петель?

- а) прямой;
- б) восьмерка;
- в) булинь;
- г) ткацкий;
- д) штык.

2. Какие определения для соревнований по спортивной дисциплине «дистанция» верные?

- а) «связка» означает, что участники проходят дистанцию индивидуально
- б) «группа» использует технику и тактику личного прохождения дистанции

3. Самодетельный туризм – это:

- а) путешествия, субсидируемые из средств, выделяемых государством на социальные нужды;
- б) вид спорта, входящий в единую всероссийскую спортивную классификацию;

в) путешествия с использованием активных способов передвижения, организуемые туристами самостоятельно.

4. Какие бывают виды соревнований в туризме:

- а) «маршрут», «дистанция»;
- б) «восхождение», «сплав»;
- в) «преодоление перевала», «переправа».

5. Минимальный возраст участника спортивного похода I категории сложности:

- а) 13 лет;
- б) 14 лет;
- в) 15 лет.

6. Какая очередность этапов подготовки к походу является правильной?

- а) определение района похода, подбор группы участников, определение задачи (цели) похода;
- б) сбор сведений о районе путешествия, разработка маршрута, составление календарного плана;
- в) организация питания, подбор группового снаряжения, распределение обязанностей среди участников похода.

7. Каким должен быть минимальный диаметр веревки, применяемой для организации страховки, перил и сопровождения?

- а) 6 мм.
- б) 8 мм.
- в) 10 мм.
- г) 12 мм.

8. Какие карабины можно использовать для организации страховки?

- а) стандартные с муфтами, не имеющие каких-либо доработок, снижающих их прочность.
- б) с муфтами, имеющими конструктивные доработки, не снижающие их прочность.
- в) самодельные карабины из стальных и титановых сплавов, допускаемых комиссией по снаряжению.
- г) без муфт.
- д) любые.

9. Объективные причины травматизма и несчастных случаев в туризме

- а) природные факторы;
- б) неправильные действия участников похода;
- в) качество снаряжения группы.

10. Какие узлы используются для связывания веревок одного диаметра?

- а) прямой;
- б) двойной проводник;
- в) ткацкий;
- г) булинь;
- в) встречный.

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.3)**

1. Приведите комплекс упражнений для развития силы с сопротивлением партнера.
2. Приведите комплекс упражнений для воспитания равновесия.
3. Предложите круговую тренировку, включающую 12 упражнений для развития силы рук, ног, туловища, воспитания равновесия.
4. Разработайте 8-10 эстафет на воспитание быстроты и специальной ловкости.
5. Перечислите средства закаливания организма для подготовки к походным условиям.
6. Расскажите о методике обучения пользования топором и пилой.
7. Расскажите о способах переноски пострадавшего в походных условиях с использованием подручных средств.

**3. Оценочные средства (оценочные материалы) для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.1)**

1. Какие качества необходимы для занятий туризмом?
2. Какие мероприятия похода носят оздоровительный характер?
3. Расскажите о методике обучения установки палатки.
4. Расскажите о типах костров и их назначении.
5. Какие мероприятия в походе носят прикладной характер?
6. С чем связаны трудности в организации питания в походе с детьми?
7. В чем заключается физическая подготовка туриста?

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.2)**

1. Перечислите этапы подготовки к походу выходного дня с учебными и оздоровительными целями для группы школьников.
2. Перечислите средства приспособления организма к походным условиям.
3. Приведите примеры из истории человечества, подтверждающие давние традиции зарождения туризма.
4. Перечислите мероприятия похода учебного характера.
5. Перечислите личное и групповое снаряжение.
6. Какие объективные и субъективные опасности характерны для спортивного туризма?
7. Чем необходимо руководствоваться при распределении обязанностей среди участников похода?

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.3)**

1. Приведите комплекс из 8-ми упражнений для развития силы рук.
2. Приведите комплекс из 8-ми упражнений для развития силы ног.
3. Приведите комплекс упражнений для развития силы с отягощением собственным весом

4. Приведите комплекс упражнений для развития силовой выносливости с отягощением грузом.
5. Приведите примеры средств и методов обеспечения безопасности в туристской деятельности.
6. Составьте план похода выходного дня с учебными и оздоровительными целями для группы школьников.
7. Предложите меню и рассчитайте количество продуктов на группу из 20 человек для похода выходного дня.

#### **4. Оценочные средства (оценочные материалы) для проведения промежуточной аттестации обучающихся (защиты курсовой работы (проекта)) по дисциплине (модулю)**

Выполнение курсовой работы (проекта) по дисциплине (модулю) не предусмотрено основной профессиональной образовательной программой.