

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
(ВлГУ)



Проректор
по образовательной деятельности
А.А. Панфилов
_____ 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Повышение профессионального мастерства»
(спортивное ориентирование)**

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»

Профиль подготовки: спортивный менеджмент

Уровень высшего образования: бакалавриат

Форма обучения: очная

Семестр	Трудоём- костьзач. ед., час	Лекции, час	Практич. Занятия, час	Лаборат. работы, час	СРС, час	Форма промежуточной аттестации (экзамен/зачет/зачет с оценкой)
5	2/72		36		36	зачет
Итого	2/72		36		36	зачет

Владимир, 2019

2019

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель дисциплины: освоить теоретические знания, практические умения, навыки организации и проведения мероприятий по спортивному ориентированию с различными категориями населения и рационального применения на практике с учетом состояния здоровья, возраста, уровня физического развития, физической подготовленности занимающихся, а также имеющихся условий для занятий.

Задачи курса:

- изучить историю возникновения и перспективы развития спортивного ориентирования, терминологию;
- сформировать у студентов основы техники, тактики и методики обучения спортивного ориентирования; навыки организации проведения различных мероприятий и судейства соревнований по спортивному ориентированию;
- способствовать формированию должного уровня физической подготовленности, необходимой для занятий спортивным ориентированием.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Повышение профессионального мастерства» (спортивное ориентирование) относится к вариативной части.

Пререквизиты дисциплины: предметы основной образовательной программы среднего (полного) общего образования: «Физическая культура», «Обществознание», «География».

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП

Код формируемых компетенций	Уровень освоения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине характеризующие этапы формирования компетенций (показатели освоения компетенции)
1	2	3
ОК - 8. Должен обладать способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		Знать: <ul style="list-style-type: none">• основы техники и тактики приемов в спортивном ориентировании и рационального применения в практике, основные принципы, средства, методы обучения и начальной тренировки по-спортивному ориентированию;• принципы обучения, воспитания и развития с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся. Уметь: <ul style="list-style-type: none">• реализовывать образовательные программы по предмету спортивное ориентирование в соответствии с требованиями образовательных стандартов;

		<ul style="list-style-type: none"> • формулировать конкретные задачи преподавания спортивного ориентирования в различных звеньях системы физического воспитания с учетом состояния здоровья, возраста, уровня физического развития, физической подготовленности занимающихся; • применять средства спортивного ориентирования для профилактики заболеваний и укрепления здоровья; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> • способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, развивать их творческие способности; • навыками техники и тактики спортивного ориентирования и использования специального оборудования и снаряжения ориентировщика.
--	--	--

4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2зач. единицы, 72 часа.

№	Раздел (тема) дисциплины	семестр	неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)					Объем учебной работы, с применением интер-активных методов (в час./ %)	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации
				лекции	практические занятия	лаборатор. занятия	СРС	КП/КР		
1	Понятие о спортивном ориентировании.	5	1		2		2		2/ 100%	
2	Техника ориентирования. Элементы техники.	5	2		2		2		2/ 100%	
3	Вспомогательные технические действия в ориентировании.	5	3		2		2		2/ 100%	
4	Технические приемы в ориентировании.	5	4		2		2		2/ 100%	
5	Глазомерная съемка местности.	5	5		2		2			Рейтинг-контроль 1
6	Тактическая подготовка ориентировщика.	5	6		2		2		2/ 100%	
7	Упражнения, направленные на обучение технике ориентирования.	5	7		2		2		2/ 100%	
8	Упражнения по совершенствованию технико - тактической подготовки ориентировщика	5	8		2		2		2/ 100%	

9	Физическая подготовка ориентировщиков. ОФП и СФП ориентировщика.	5	9- 10	4	4		
10	Виды соревнований по спортивному ориентированию.	5	11	2	2	2/ 100%	
11	Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию среди студентов (промежуточный контроль)	5	12-13	4	2		Рейтинг-контроль 2
12	Организация и проведение соревнований по СО в заданном направлении.	5	14	2	4		
13	Организация и проведение соревнований СО по выбору.	5	15	2	4		
14	Спортивное ориентирование в школе.	5	16	2	2	2/ 100%	
15	Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию среди студентов (итоговых).	5	17-18	4	2		Рейтинг-контроль 3
	Итого:			36	36	18/50 %	Зачет

Содержание занятий по дисциплине

Тема 1. Понятие о спортивном ориентировании.

Содержание темы.

Определения: ориентирование – как вид действия и спортивное ориентирование – как вид спорта. История, современное состояние и перспективы развития спортивного ориентирования в России и мире. Классификация спортивного ориентирования.

Особенности ориентирования на местности.

Тема 2. Техника ориентирования. Элементы техники.

Содержание темы.

Основные элементы, составляющие карту. Сличение карты с местностью. Пространственное ориентирование. Бег в заданном направлении. Определение или оценка пройденного расстояния.

Тема 3. Вспомогательные технические действия в ориентировании.

Содержание темы.

Обращение с компасом. Обращение с картой. Легенды КП. Отметка на КП.

Тема 4. Технические приемы в ориентировании.

Содержание темы.

Ориентирование с помощью чтения карты. Разновидности технического приема «ориентирование с помощью чтения карты». «Точное» и «грубое» чтение карты. Ориентирование с помощью бега по направлению.

Тема 5. Глазомерная съемка местности.

Содержание темы.

Этапы глазомерной съемки местности. Подготовительные действия для глазомерной съемки местности. Глазомерная съемка местности (институтский парк). Рисование карты (по данным глазомерной съемки).

Тема 6. Tактическая подготовка ориентировщика.

Содержание темы.

Выбор варианта. Tактическое планирование этапа. Tактика прохождения отдельных участков дистанции.

Тема 7. Упражнения, направленные на обучение технике ориентирования.

Содержание темы.

Упражнения в помещении и на местности в группе под руководством преподавателя. Ориентирование вдоль дорог. Ориентирование вдоль линейных объектов. Передвижение в заданном направлении. Ориентирование на простой и сложной местности.

Тема 8. Упражнения по совершенствованию технико - тактической подготовки ориентировщика.

Содержание темы.

Упражнения по специально подготовленным картам. Упражнения в группе, игры на местности. Упражнения по «памяти». Тест на технику ориентирования.

Тема 9. Физическая подготовка ориентировщиков. ОФП и СФП ориентировщика.

Содержание темы.

Развитие выносливости. Развитие силы. Развитие координации движений, быстроты, ловкости.

Тема 10. Виды соревнований по спортивному ориентированию.

Содержание темы.

Ориентирование в заданном направлении, по выбору, на маркированной трассе. Организация и правила соревнований.

Тема 11. Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию среди студентов (промежуточный контроль)

Содержание темы.

Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию среди студентов (промежуточный контроль)

Тема 12. Организация и проведение соревнований по СО в заданном направлении.

Содержание темы.

Самостоятельная организация и проведение соревнований по СО в заданном направлении.

Тема 13. Организация и проведение соревнований СО по выбору.

Содержание темы.

Самостоятельная организация и проведение соревнований СО по выбору.

Тема 14. Спортивное ориентирование в школе.

Содержание темы.

Организация занятий по спортивному ориентированию в школе. Подводящие упражнения (игры в спортивном ориентировании: лабиринт, ориентирование с логическими задачами).

Тема 15. Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию среди студентов (итоговых).

Содержание темы.

Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию среди студентов (итоговых).

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В преподавании дисциплины «Повышение профессионального мастерства» (спортивное ориентирование) используются разнообразные образовательные технологии как традиционные, так и с применением активных и интерактивных методов обучения.

Активные и интерактивные методы обучения:

- групповая дискуссия (темы 1,14,15);
- ролевые игры (темы 2,6);
- анализ ситуации (темы 7,8);
- тренинг (тема 9);
- разбор конкретных ситуаций (темы 12,13)

6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Текущий контроль успеваемости

Рейтинг – контроль 1

Контрольная работа 1

1. История, современное состояние и перспективы развития спортивного ориентирования в мире и России.
2. Классификация и виды соревнований по спортивному ориентированию.
3. Топографическая подготовка спортсмена. Основные элементы, составляющие карту.
4. Особенности ориентирования на местности.
5. Компас и работа с ним.
6. Глазомерная съемка местности.

Тест 1

1. Когда и где состоялись первые официальные соревнования по ориентированию? (состоялись 31 октября 1897 года в пригороде столицы Норвегии Осло)
2. 6 февраля 1899 г. там же в Норвегии (вблизи г. Тронхейм) произошло первое событие в мире лыжного ориентирования. Назовите количество участников и километраж дистанции? (Количество участников составило 12 человек, дистанция была 12 км, которую победитель преодолел за 2.30:20)

3. Традиционная эстафета в Финляндии называется?
(Оулу-Хельсинки)
4. В каком воинском звании был Эрнст Килландер, президент ассоциации любителей атлетики Стокгольма, кот. решил использовать красивейшую природу Швеции в качестве арены для беговых видов спорта и придумал такое соревнование на местности, где спортсмены не только пробегают определенный курс, но и выбирают каждый свой маршрут, используя при этом карту и компас? (майор шведской армии)
5. В Сальтшбадене, летом 1976 г. в присутствии многочисленных зрителей был открыт необычный памятник. На скале, как на постаменте, стоит человек картой в руках, чуть пониже надпись, какая? ("Первому ориентировщику»)
6. В каком году и в какой стране была выпущена первая цветная карта? (в Норвегии в 1950)
7. С какого класса, даже сейчас шведские школьники изучают карты? (третьеклассники)
8. Как бы то ни было, официально столетие спортивного ориентирования отмечалось в каком году? (1997)
9. Первые в истории отечественного спорта соревнования по ориентированию были проведены в Ленинградской области. (в 1939 г.)
10. День рождения СО у нас в стране и город? (12 октября 1963 года стало днем рождения ориентирования в нашей стране, город Ужгород)
11. В каком году, стране и городе прошла презентация СО, как олимпийского вида спорта. В 1998 г. на Олимпийских играх в Нагано (Япония).

Рейтинг – контроль 2

Контрольная работа 2

1. Организация соревнований по спортивному ориентированию: нормативно – правовая база; правила и организация соревнований по спортивному ориентированию.
2. Техническая подготовка.
3. Тактическая подготовка.
4. Упражнения по обучению технике и тактике ориентирования.
5. Физическая подготовка ориентировщика: ОФП и СФП спортсмена.

Рейтинг– контроль 3

Контрольная работа 3

1. Виды соревнований по спортивному ориентированию.
2. Спортивное ориентирование в заданном направлении и по выбору.
3. Контрольные упражнения и соревнования по спортивному ориентированию.
4. Спортивное ориентирование в школе.
5. Ориентирование с логическими задачами.
6. Соревнования по спортивному ориентированию по выбору (итоговые).

Тест 2.

1. Какой способ изображения рельефа на карте считается самым древним?
 - а) штриховой
 - б) с помощью рисунка
 - в) отмывкой

г) горизонталями

2. К положительным формам рельефа относятся?

а) гора, горный хребет, увал

б) лощина, долина, котловина

в) холм, балка, овраг

г) скат, седловина, обрыв

3. Как называются замкнутые линии, проходящие через точки местности с одинаковой высотой над уровнем моря?

а) вертикали

б) горизонтали

в) диагонали

г) высота сечения рельефа

4. Величина (степень) показывающая во сколько раз линии местности уменьшены при изображении на карте?

а) числитель

б) знаменатель

в) масштаб

г) меридиан

5. Бергштрих это-?

а) способ изображения рельефа на карте

б) указатель направления склона

в) высота сечения рельефа

г) Нулевой уровень отметки высот над уровнем моря

6. К какой группе топ. знаков относятся знаки: лесов, полей, болот, лугов

а) масштабные

б) немасштабные

в) линейные

г) пояснительные

7. Точка на земной поверхности, где стрелка компаса располагается по вертикали, т.е. где компас не применим для ориентировки(куда показывает стрелка компаса)

а) северный полюс

б) истинный полюс

в) магнитный полюс

г) северный полярный круг

8. Компас получивший наибольшее распространения в нашей стране в 19 веке, сконструированный русским военным топографом капитаном?

а) Алешиным

б) Адриановым

в) Головиным

г) Ивановым

9. Если нет компаса, можно ориентироваться по местным предметам. Найдите ошибку.

а) Мхи и лишайники на коре деревьев растут преимущественно на северной стороне

б) На северных склонах утром дальше сохраняется роса

в) Северная сторона муравейника более пологая чем южная

г) Опущенный край нижней перекладины креста на куполе православной церкви обращен к югу, приподнятый к северу

10. Как называется вид ориентирования, соревнования в котором проходят следующим образом. Прохождения заданного количества КП из числа имеющихся в районе соревнований в произвольном порядке. КП устанавливается в 1.5-2 раза больше чем необходимо, все примерно одинаковой трудности.

а) О. по выбору

б) О. в заданном направлении

в) О. по времени

г) О. по расстоянию

д) О. по высоте

е) О. по сложности

9. Все варианты маршрутов имеют одинаковую длину, но различаются по сложности.

в) О. по маркированной трассе

г) эстафета в О. по выбору

11. Родиной соревнований по спортивному ориентированию считается

а) Финляндия

б) Норвегия

в) Швеция

г) Россия

12. В окрестностях какого города 12 октября 1963г. состоялись первые всесоюзные соревнования по ориентированию, что стало днем рождения спортивного ориентирования

а) Нижний Новгород

б) Великий Новгород

в) Ужгород

г) Смоленск

13. Угол на карте или в пространстве (на местности), образуемый двумя направлениями (лучами) на север и на заданный ориентир

а) апсида

б) азимут

в) абрис

г) горизонталь

14. Туристическое путешествие полевого характера с целью изучения каких-либо объектов

а) прогулка

б) экскурсия

в) поход

г) экспедиция

15. Спортивная карта отличается от обычной топографической по следующим признакам (Найти ошибочный вариант).

а) издается, как правило, в более крупных масштабах

б) отличается большей точностью

в) имеет более плотную нагрузку

г) на ней меньше цифрового материала

16. Что обозначается коричневым цветом на карте

а) для изображения растительности (чем темнее цвет, тем труднее проходимость)

б) для изображения цветного рельефа

в) для изображения открытого пространства (на черно-белых картах изображается серым цветом)

г) для изображения дорог, сооружений, контуров, границ и каменного рельефа

17. Самым большим речным бассейном в мире является

а) Конго

б) Миссисипи

в) Нил

г) Амазонка

18. Самая крупная на земле низменность

а) Восточно-Сибирская

б) Западно-Сибирская

в) Амазонка

г) Патагония

19. Самая высокая горная вершина мира

а) Мак-Кинли

б) Аконкагуа

в) Эверест

г) Дhaulagiri

20. Самым большим речным бассейном в мире является

а) Конго

б) Миссисипи

г) Эльбрук

20. Самая протяженная ж/д трасса в мире

а) транс Америка

б) транс Канада

в) Восточный экспресс

г) Транссибирская магистраль

21. Назовите город 3-х религий (христианство, иудаизм, ислам) где пророчествовал и был распят Иисус Христос

а) Назарет

б) Вифлием

в) Иерусалим

г) Телль Авив

22. Самый высокий водопад в мире

а) Виктория

б) Игуану

в) Ниагарский

г) Сальто-Анхель

Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины (зачет)

Перечень вопросов к зачету

1. История возникновения и развития спортивного ориентирования.
2. Классификация спортивного ориентирования. Место спортивного ориентирования в современной жизни человека.
3. Виды и характеристика соревнований по спортивному ориентированию.
4. Спортивные и судейские топографические знаки.
5. Роль спортивной карты в ориентировании и способы её применения.
6. Отличия спортивной карты от топографической и работа с ней.
7. Масштаб и рельеф на картах: основные понятия и способы изображения.
8. Выбор спортивного компаса и работа с ним.
9. Измерения расстояния на карте, на местности.
10. Главные «операции» глазомерной съемки при создании спортивной карты. Этапы создания карты.
11. УСТЗ и УТЗ их различия и характеристика.
12. Истинный и магнитный азимут, полюс, магнитное склонение.
13. Карта в спортивном ориентировании и его составляющие, цвета на картах.
14. Особенности технической подготовки спортсмена-ориентировщика. Технические элементы и приемы в спортивном ориентировании.
15. Особенности тактической подготовки спортсмена-ориентировщика. Выбор варианта. Тактическое планирование этапа. Тактика прохождения отдельных участков дистанции.
16. Особенности психологической подготовки спортсмена-ориентировщика.
17. Физическая подготовка ориентировщиков. Общая физическая подготовка ориентировщика. Специальная физическая подготовка ориентировщика.
18. Подготовка и планирование дистанции в спортивном ориентировании.
19. Правила организации и проведения соревнований по спортивному ориентированию, нормативно - правовая база, состав судейской коллегии в массовых соревнованиях по спортивному ориентированию.
20. Анализ результатов различного уровня соревнований российских спортсменов по спортивному ориентированию. Ведущие спортсмены Владимирской области по СО.
21. Специальный инвентарь и оборудование по СО. КП, характеристика и размеры, способы его изготовления. Способы отметки на КП.

12. Истинный и магнитный азимут, полюс, магнитное склонение.
13. Карта в спортивном ориентировании и его составляющие, цвета на картах.
14. Особенности технической подготовки спортсмена-ориентировщика. Технические элементы и приемы в спортивном ориентировании.
15. Особенности тактической подготовки спортсмена-ориентировщика. Выбор варианта. Тактическое планирование этапа. Тактика прохождения отдельных участков дистанции.
16. Особенности психологической подготовки спортсмена-ориентировщика.

Самостоятельная работа студента

1. Составить список литературы по предмету теория и методика спортивного ориентирования. Ознакомиться по учебной литературе с методикой обучения в спортивном ориентировании.
2. Зарисовать в тетрадь знаки (УСТЗ и УТЗ) и знать их.
3. Начертить план местности, в которой вы живете (ориентированной на север). Передвижение с помощью компаса по местности, правильно ориентируя план.
4. Передвижение на местности с помощью компаса, топографической и спортивной карты.
5. Изготовить по одному КП.
6. Изучить положение о соревнованиях по спортивному ориентированию.
Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.
7. Линейная глазомерная съемка маршрута 2 км. Вычертить карту своего маршрута в топографических знаках.
8. Составить положение на первенство школы по спортивному ориентированию. Изучить обязанности представителя команды и участников соревнований.
9. Провести соревнования по СО на базе одной из школ г. Владимира.
10. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию во Владимирской области.
11. Описание экскурсионных объектов Владимирской области.
12. Составление презентации на одну из предложенных тем по СО.
13. Провести поход выходного дня к какому-либо экскурсионному объекту Влад. обл.
14. Подготовить разделы для оформления стенда на тему «Спорт. ориентирование в ИФКиС».
15. Составление заданий по СО: топографические диктанты, кроссворды, логические задачи, тесты.
16. Разработка соревнований по «Краеведческому ориентированию».
17. Участие в тестовых соревнованиях по СО в ИФКиС.

Темы рефератов.

1. История развития спортивного ориентирования в России и мире.
2. Место спортивного ориентирования в жизни современного школьника.
3. Особенности технической и тактической подготовки спортсмена-ориентировщика.
4. Система тактической подготовки спортсмена-ориентировщика.
5. Особенности психологической подготовки спортсмена-ориентировщика.
6. Виды соревнований в спортивном ориентировании. Подготовка и планирование дистанции.
7. Анализ результатов различного уровня соревнований российских спортсменов по спортивному ориентированию.
8. Спортивное ориентирование как олимпийский вид спорта.

Фонд оценочных средств, для проведения аттестации уровня сформированности компетенций, обучающихся по дисциплине, оформляется отдельным документом

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. Книгообеспеченность

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ	
		Количество экземпляров изданий в библиотеке ВлГУ в соответствии с ФГОС ВО	Наличие в электронной библиотеке ВлГУ
1	2	3	4
Основная литература			
Курченков А.А. Спортивное ориентирование [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Курченков А.А., Суханов В.М.— Электрон. текстовые данные.— Воронеж: Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2017.— 140 с.	2017		http://www.iprbookshop.ru/47479
Теория и методика спортивного туризма [Электронный ресурс]: учебник/ В.А. Таймазов [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2016.— 424 с.	2016		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971806479
Современная подготовка спортсмена-ориентировщика [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / А.А. Ширинян, А.В. Иванов. - 2-е изд., испр. - М. : Советский спорт, 2017.	2017		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971804659.html
Дополнительная литература			
Туристская картография [Электронный ресурс]: учеб. Пособие / Л.Е. Куприна - М. : ФЛИНТА, 2015	2015		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976509054.html
Пельменев В.К. Основы спортивного ориентирования [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Пельменев В.К., Юшков В.Ю.— Электрон. Текстовые данные.— Калининград: Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта, 2015.— 52 с.	2015		http://www.iprbookshop.ru/23899 .— ЭБС «IPRbooks»
Основы экскурсионной деятельности [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Л. В. Курило, Е. В. Смирнова. - М. : Советский спорт, 2016. - (Профессиональное туристское образование) -	2016		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805533.html
Грушина Т.П. География экологического туризма. [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Грушина Т.П., Соловьёв М.С.— Электрон. текстовые данные.— М.: Московский городской педагогический университет, 2015.— 384 с.	2015		http://www.iprbookshop.ru/26462

7.2. Периодические издания

- «Теория и практика физической культуры»
- «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка»
- «Культура физическая и здоровье»
- «Вестник спортивной науки»

7.3. Интернет-ресурсы

- «Азимут» <http://www.azimut-o.ru>
«Спорт для всех» (архив) <http://www.infosport.ru/press/sfa/arch.htm>
«Социологические исследования» <http://www.socis.isras.ru>
«Спортивная жизнь России» <http://www.sgros.nm.ru>
Федерация спортивного ориентирования в России www.rufso.ru
Федерация спортивного туризма, рафтинга и гребного слалома Владимирской области
www.ft33.ru
Комитет по физкультуре и спорту Владимирской области www.tourism.vladimir.ru
Теория и практика физической культуры (информационный портал)
<http://www.teoriya.ru>
Официальный сайт Министерства спорта РФ
<http://minstm.gov.ru>
Официальный сайт Международного Олимпийского комитета
<http://ioc.org>
Официальный сайт Олимпийского комитета России
<http://www.olympic.ru>
Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»
<http://www.infosport.ru>
Справочно-информационные источники
<http://www.school.edu.ru>

8. МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

Практические работы проводятся в:

- ауд. 106 (спортивный зал);
- ауд. 108 (кабинет теории и методики физической культуры и спортивных дисциплин);
- спортивный стадион (открытое площадное спортивное сооружение);
- парки города Владимир.

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения: ОС. Microsoft Windows 8.1 Professional 6.3.9600.18202 (Win8.1 RTM), пакет офисных программ Microsoft Office Professional Plus 2013, Microsoft Visio Professional Plus 2013.

Рабочую программу составила: ст. преподаватель кафедры ТМФКСД

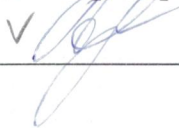
Агибалова А.А.



(ФИО, подпись)

Рецензент (представитель работодателя)

РФСОО «Федерация спортивного ориентирования Владимирской области»,
президент федерации - Горин В.В.



(место работы, должность, ФИО, подпись)

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК

Протокол № 1 от 26.08.19 года

Заведующий кафедрой Батоцыренова Т.Е.



(ФИО, подпись)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направлений 49.03.01, 49.03.02

Протокол № 1 от 27.08.19 года

Председатель комиссии Батоцыренова Т.Е.



(ФИО, подпись)