

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования  
«Сочинский государственный университет»



**СОГЛАСОВАНО**

Декаан СФФ

Макаренская Ю.Э.

«30» 11 2022 г.



**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор по УРиКОД

Иваненко А.В.

«30» 11 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**«Туризм и методика преподавания»**

**Шифр и направление подготовки** 49.03.01 Физическая культура

**Квалификация (степень) выпускника** бакалавр

**Профиль подготовки бакалавра** «Физкультурно-оздоровительные технологии»

**Форма обучения** очная

**Выпускающая кафедра** Физической культуры и спорта

**Кафедра-разработчик рабочей программы** Физической культуры и спорта

Год набора 2022

Семестр	Трудоем- кость (час./зет.)	Лекцион. занятий, (час.)	Практич. занятий, (час.)	Лаборат. занятий, (час.)	СРС, (час.)	КР/КП	Форма промежуточного контроля (экз./зачет)
7	216/6	16	16	-	148	-	Экзамен (36)
Итого:	216/6	16	16	-	148	-	Экзамен (36)

Сочи 2022 г.

Лист согласования рабочей программы дисциплины «Туризм и методика преподавания»

Рабочую программу составил:

  
\_\_\_\_\_ В.И. Радченко, к.п.н., доцент кафедры физической культуры и спорта

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА**

Заведующий кафедрой

  
\_\_\_\_\_  
подпись

Полякова А.В.  
Ф.И.О

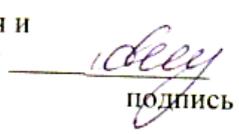
Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины соответствует библиотечному фонду СГУ:

✓ Директор НОБ   
\_\_\_\_\_  
подпись

(Воронова Г.В.)  
\_\_\_\_\_  
Ф.И.О.

Структура рабочей программы соответствует предъявляемым требованиям:

Отдел качества образования и  
методического обеспечения

  
\_\_\_\_\_  
подпись

Васильченко В.В.  
\_\_\_\_\_  
Ф.И.О.

## ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 202\_\_/202\_\_ учебный год, протокол №\_\_ заседания кафедры от «\_\_» \_\_\_\_\_ 202\_\_ г. В программу внесены дополнения и(или) изменения.

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Заведующий кафедрой  
подпись

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
ФИО

*(Указывается в какой раздел программы внесены изменения, основания изменений, а также новая формулировка)*

Рабочая программа переутверждена на 202\_\_/202\_\_ учебный год, протокол №\_\_ заседания кафедры от «\_\_» \_\_\_\_\_ 202\_\_ г. В программу внесены дополнения и(или) изменения.

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Заведующий кафедрой  
подпись

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
ФИО

*(Указывается в какой раздел программы внесены изменения, основания изменений, а также новая формулировка)*

## 1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Туризм и методика преподавания» является формирование системы знаний, умений и навыков, необходимых для проведения рекреационной, физкультурно-оздоровительной и туристской работы с различными контингентами населения во всех типах государственных учреждений.

Задачи дисциплины:

1. Приобретение студентами знаний о теоретических аспектах использования туризма на горных и водных курортах.

2. Получение навыков для использования приобретенных знаний для решения разнообразных задач физической культуры и рекреации.

## 2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП НАПРАВЛЕНИЯ (СПЕЦИАЛЬНОСТИ) (СПЕЦИАЛЬНОСТИ)

Дисциплина «Туризм и методика преподавания» является дисциплиной обязательной части блока Б1.

Таблица 1

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенции	Дисциплины, участвующие в формировании компетенции
<b>Обще профессиональные компетенции</b>		
Обучение и развитие	ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	Гимнастика и методика преподавания Легкая атлетика и методика преподавания Спортивные игры и методика преподавания Водные виды рекреации Подвижные игры и методика преподавания Теория и методика спортивной подготовки Единоборства и методика преподавания Ознакомительная практика Преддипломная практика
Обучение и развитие	ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	Теория и методика физической культуры Гимнастика и методика преподавания Легкая атлетика и методика преподавания Спортивные игры и методика преподавания Водные виды рекреации Туризм и методика преподавания Единоборства и методика преподавания Атлетическая гимнастика и методика преподавания Ознакомительная практика Преддипломная практика
Организационно-методическое обеспечение	ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	Гимнастика и методика преподавания Легкая атлетика и методика преподавания Спортивные игры и методика преподавания Водные виды рекреации Подвижные игры и методика преподавания Туризм и методика преподавания Единоборства и методика преподавания Плавание и методика преподавания Атлетическая гимнастика и методика преподавания

		Ознакомительная практика Преддипломная практика
--	--	--

### 3 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 2

Компетенции и индикаторы их достижения			В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:
Категория компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
<b>Общепрофессиональные компетенции</b>			
Обучение и развитие	ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ОПК-3.1 Владеет понятийным и категориальным аппаратом по теории и методике физической культуры и спорта, спортивной тренировки базовых видов спорта.	<i>Знать:</i> понятийный и категориальный аппарат теории и методике физической культуры и спорта <i>Уметь:</i> использовать понятийный и категориальный аппарат в практической деятельности <i>Владеть:</i> понятийным и категориальным аппаратом по теории и методике физической культуры и спорта
		ОПК-3.2 Владеет средствами, методами и приемами с учетом специфики базовых видов физкультурно-спортивной деятельности	<i>Знать:</i> средства и методы тренировки в базовых видах спорта <i>Уметь:</i> выбирать средства и методы тренировки с учетом специфики базовых видов спорта) <i>Владеть:</i> приемами использования средств и методов тренировки
		ОПК-3.3 Применяет педагогические технологии по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	<i>Знать:</i> педагогические технологии двигательного и когнитивного обучения ( <i>Уметь:</i> применять педагогические технологии по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке <i>Владеть:</i> педагогическими технологиями двигательного и когнитивного обучения в базовых видах спорта
Обучение и развитие	ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в	ОПК-4.1 Использует принципы, методы и средства для проведения тренировочных занятий различной направленности	<i>Знать:</i> принципы, методы и средства проведения тренировочных занятий различной направленности <i>Уметь:</i> применять принципы, методы и средства проведения тренировочных занятий различной направленности <i>Владеть:</i> педагогическими технологиями проведения занятий различной направленности

		<p>ОПК-4.2 Применяет знания основных видов спортивной подготовки при проведении тренировочных занятий на различных этапах спортивной подготовки</p>	<p><i>Знать:</i> средства и методы основных видов спортивной подготовки при проведении тренировочных занятий на различных этапах спортивной подготовки  <i>Уметь:</i> выбирать средства и методы спортивной подготовки при проведении тренировочных занятий на различных этапах спортивной подготовки  <i>Владеть:</i> приемами использования спортивной подготовки при проведении тренировочных занятий на различных этапах спортивной подготовки</p>
		<p>ОПК-4.3 Применяет основы планирования, подготовки и организации проведения соревнований в избранном виде спорта.</p>	<p><i>Знать:</i> педагогические технологии планирования, подготовки и организации проведения соревнований в избранном виде спорта  <i>Уметь:</i> применять педагогические технологии планирования, подготовки и организации проведения соревнований в избранном виде спорта  <i>Владеть:</i> педагогическими технологиями планирования, подготовки и организации проведения соревнований в избранном виде спорта</p>
<p>Организационно-методическое обеспечение</p>	<p>ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта</p>	<p>ОПК-13.1 Умеет планировать и организовывать проведение соревнований различного уровня</p>	<p><i>Знать:</i> понятийный и категориальный аппарат планирования и организации проведения соревнований различного уровня  <i>Уметь:</i> использовать понятийный и категориальный аппарат в практической деятельности планирования и организации проведения соревнований различного уровня  <i>Владеть:</i> планированием и организацией проведения соревнований различного уровня</p>
		<p>ОПК-13.2 Знает правила соревнований по избранному виду спорта.</p>	<p><i>Знать:</i> правила соревнований по избранному виду спорта  <i>Уметь:</i> использовать правила соревнований по избранному виду спорта  <i>Владеть:</i> приемами использования правилами соревнований по избранному виду спорта</p>
		<p>ОПК-13.3 Организует и умеет провести судейство по избранному виду спорта соревнований различного ранга</p>	<p><i>Знать:</i> педагогические технологии организации судейства по избранному виду спорта соревнований различного ранга  <i>Уметь:</i> применять педагогические технологии по организации судейства по избранному виду спорта соревнований различного ранга  <i>Владеть:</i> организацией и умением провести судейство по избранному виду спорта соревнований различного ранга</p>

## 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1 Тематический план дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц (216 часов)

Таблица 3

№ раздела	Наименование темы дисциплины	Виды учебной нагрузки и их трудоемкость, часы				
		Всего часов	Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	СРС
1	Основные понятия и термины, используемые при работе в туризме	24	2	2		20
2	Классификация видов туризма. Спортивный туризм в единой всероссийской классификации	24	2	2		20
3	История развития туризма. История развития парусного туризма	14	2	2		10
4	Пешеходный туризм. Условия выбора маршрута.	14	2	2		10
5	Топографическая подготовка. Комплектование группы и распределение обязанностей.	24	2	2		20
6	Медицинский контроль.	24	2	2		20
7	Общие правила взаимодействия с пострадавшим.	24	2	2		20
8	Яхтинг (парусный туризм). Школы для начального обучения парусному спорту. Международный сертификат «Vareboat Skipper». Метеорология.	32	2	2		28
9	Экзамен	36				
<b>ИТОГО:</b>		<b>216</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>-</b>	<b>148</b>

#### 4.1.1 Лекционные занятия

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Краткое содержание занятия
1	Основные понятия и термины, используемые при работе в туризме	Основные понятия и термины, используемые при работе в туризме («туризм», «отдых», «рекреация», рекреационные ресурсы, рекреационные объекты).
2	Классификация видов туризма	Классификация видов туризма (популярных в горных и прибрежных кластерах Краснодарского края и Ставропольской области)
3	История развития туризма	История развития туризма: пешеходного, горного; водного (включая парусный).
4	Пешеходный туризм.	Туристская маршрутно-квалификационная комиссия (МКК). Цели и задачи её работы, требования к составу. Полномочия МКК. Комплектование группы и распределение обязанностей.
5	Условия выбора маршрута.	Пешеходный туризм. Условия выбора маршрута. Топографическая подготовка.
6	Медицинский контроль.	Принципы акклиматизации в горном походе. Возможности адаптации человеческого организма и сроки пребывания на различных высотах.
7	Общие правила взаимодействия с пострадавшим.	Травмы в походе и первая медицинская помощь. Общие правила взаимодействия с пострадавшим. Средства защиты от инфекций.

8	Яхтинг (парусный туризм).	Школы для начального обучения парусному спорту. Международный сертификат «Bareboat Skipper».
---	---------------------------	--

#### 4.1.2 Практические занятия

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Краткое содержание занятия
1	Основные понятия и термины, используемые при работе в туризме	Термины, используемые на Туристских слетах и соревнованиях. Цели и задачи Туристских слетов. Порядок проведения. Судейская коллегия
2	Классификация видов туризма. Спортивный туризм в единой всероссийской классификации	Спортивный туризм в единой всероссийской классификации. Разрядные требования (для III-I разрядов). История развития туризма и парусного туризма
3	История развития туризма. История развития парусного туризма	Туристские возможности горных районов России и стран СНГ. Горные системы мира. История развития туризма: пешеходного, горного; водного (включая парусный).
4	Пешеходный туризм. Условия выбора маршрута.	Условия выбора маршрута. Экологические аспекты спортивного туристского похода. Охрана окружающей среды. Способы утилизации мусора в походе
5	Комплектование группы и распределение обязанностей.	Распределение обязанностей в туристской группе. Личное специальное снаряжение туриста в походе. Групповое специальное снаряжение в походе 1-2 к.с. Примеры его применения.
6	Медицинский контроль.	Роль медика в туристической группе. Основные задачи медика до и во время похода. Медицинский контроль и самоконтроль в походе. Алгоритм первичного осмотра пострадавшего. Обращение с пострадавшим без сознания. Кровотечения из носа, шеи, ушей, головы. Инородный предмет в ране.
7	Общие правила взаимодействия с пострадавшим.	Экстренная аптечка первой помощи. Ее состав и назначение компонентов набора. Первая медицинская помощь при травмах в походе. Средства защиты от инфекций. Правила взаимодействия с пострадавшим
8	Яхтинг (парусный туризм). Школы для начального обучения парусному спорту. Международный сертификат «Bareboat Skipper». Метеорология.	Парусный туризм. Яхт-клубы и Марины. Начальное обучение парусному спорту. Международный сертификат «Bareboat Skipper». Метеорология: признаки ухудшения погоды.

#### 4.1.3 Самостоятельная работа студента

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Краткое содержание занятия
1	Основные понятия и термины, используемые при работе в туризме	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по туризму; подготовка к экзамену. Устный опрос, контрольные задания.
2	Классификация видов туризма. Спортивный туризм в единой всероссийской классификации	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по туризму; подготовка к зачету Устный опрос, контрольные задания.

3	История развития туризма. История развития парусного туризма	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по туризму; подготовка к экзамену Устный опрос, контрольные задания.
4	Пешеходный туризм. Условия выбора маршрута.	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по туризму; подготовка к экзамену Устный опрос, контрольные задания.
5	Топографическая подготовка. Комплектование группы и распределение обязанностей.	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по туризму; подготовка к зачету Устный опрос, контрольные задания.
6	Медицинский контроль.	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по туризму; подготовка к экзамену Устный опрос, контрольные задания.
7	Общие правила взаимодействия с пострадавшим.	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по туризму; подготовка к экзамену Устный опрос, контрольные задания.
8	Яхтинг (парусный туризм). Школы для начального обучения парусному спорту. Международный сертификат «Vareboat Skipper». Метеорология.	Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по туризму; подготовка к экзамену Устный опрос, контрольные задания.

#### 4.1.4 Интерактивные формы занятий

Количество занятий в интерактивной форме не предусмотрено учебным планом.

## 4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 4.2.1 Литература

1. Губа, Д. В. Лечебно-оздоровительный туризм: курорты и сервис : учебник / Д. В. Губа, Ю. С. Воронов. — Москва : Издательство «Спорт», 2020. — 240 с. — ISBN 978-5-907225-06-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88517.html> (дата обращения: 13.01.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

2. Практика активного туризма : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020. — 149 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95414.html> (дата обращения: 13.01.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3. Базовая подготовка по спортивно-оздоровительному туризму : монография / С. В. Соболев, В. М. Гелецкий, Е. А. Николаев [и др.]. — Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2016. — 230 с. — ISBN 978-5-7638-3551-9. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/84317.html> (дата обращения: 13.01.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

4. Рубис, Л. Г. Безопасность в спортивном туризме : учебное пособие / Л. Г. Рубис, Т. Ю. Тарасеня. — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 194 с. — ISBN 978-5-4497-0062-9. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/86333.html> (дата обращения: 13.01.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

5. Обеспечение безопасности туристских походов : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020. — 39 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR

SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95406.html> (дата обращения: 13.01.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

6. Методика преподавания спортивного туризма в высшем учебном заведении : учебно-методическое пособие / А. М. Данилова, Е. Г. Кожевникова, А. Н. Красильников, К. Ю. Ефимов. — Самара : Самарский государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2020. — 63 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/105025.html> (дата обращения: 13.01.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

7. Куприна, Л. Е. Технология разработки туристских маршрутов : учебное пособие / Л. Е. Куприна. — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 155 с. — ISBN 978-5-4497-0081-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/83280.html> (дата обращения: 13.01.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

8. Томилин, К. Г. Парусный спорт: годичный цикл подготовки квалифицированных яхтсменов : учебное пособие / К. Г. Томилин, Т. В. Михайлова, М. М. Кузнецова. - 2-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2020. - 218 с. - ISBN 978-5-8114-4856-2. - Текст (визуальный) : непосредственный.

9. Гайфутдинова, Т. В. Туризм в школе : учебно-методическое пособие / Т. В. Гайфутдинова, А. М. Гайфутдинов. — Набережные Челны : Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2018. — 54 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/97127.html> (дата обращения: 13.01.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/97127>.

#### 4.2.2. Интернет-ресурсы и другие электронные информационные источники

№	Наименование Интернет-ресурсов и электронных информационных источников
1.	Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Эр Медиа». – Саратов, [2010-]. – URL: <a href="http://www.iprbookshop.ru/">http://www.iprbookshop.ru/</a> (дата обращения: 13.01.2023). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
2.	Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Нексмедиа». – Москва : Директ-Медиа, 2001–. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&amp;view=main_ub">https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&amp;view=main_ub</a> (дата обращения: 13.01.2023). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
3.	Образовательная платформа Юрайт : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство Юрайт». – Москва, 2020 –. – URL: <a href="https://urait.ru/catalog/organization/DE41FE6D-0B08-4394-B225-3DD636CCCE1F">https://urait.ru/catalog/organization/DE41FE6D-0B08-4394-B225-3DD636CCCE1F</a> (дата обращения: 13.01.2023). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
4.	Сервис и туризм : тематическая коллекция / ЭБС Book.ru. – Москва, 2010 –. – URL: <a href="https://www.book.ru/cat/578/1">https://www.book.ru/cat/578/1</a> (дата обращения: 13.01.2023). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
5.	Комплект Сочинского государственного университета / Консультант студента : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Политехресурс» – Электронная библиотека технического вуза. – Москва : Политехресурс, 2013 –. – URL: <a href="http://www.studentlibrary.ru/catalogue/switch_kit/x2019-138.html">http://www.studentlibrary.ru/catalogue/switch_kit/x2019-138.html</a> (дата обращения: 13.01.2023). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
6.	Электронная библиотека Grebennikon : сайт / Издательский дом «Гребенников». – Москва, 1993. –. – URL: <a href="https://www.grebennikov.ru/">https://www.grebennikov.ru/</a> (дата обращения: 13.01.2023). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
7.	Сетевая электронная библиотека классических университетов «Лань» : сайт / ООО ЭБС

	«Лань. – Санкт-Петербург, 2009 – . – URL: <a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a> (дата обращения: 13.01.2023). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
8.	Национальная электронная библиотека (НЭБ) : Федеральная государственная информационная система : сайт / Министерство культуры РФ. – Москва, [2004-]. – Режим доступа: <a href="https://rusneb.ru">https://rusneb.ru</a> (дата обращения: 13.01.2023). – Режим доступа: локальная сеть СГУ. – Текст : электронный.
9.	Polpred.com Обзор СМИ : электронно-библиотечная система : сайт / Г. Вачнадзе, ООО «ПОЛПРЕД Справочники». – Москва, [1997-]. – URL <a href="https://polpred.com/">https://polpred.com/</a> (дата обращения: 13.01.2023). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

### 4.3 Формы и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

Для оценки сформированности компетенций разрабатываются оценочные средства по дисциплине.

Форма и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине раскрывается в фонде оценочных средств, который является отдельным документом.

#### *Вопросы к экзамену:*

1. Туристские слеты и соревнования. Цели и задачи. Порядок проведения. Судейская коллегия.
2. Карты, схемы, кроки и описания. Требования к ним, прогноз достоверности.
3. Экстренная аптечка первой помощи. Ее состав и назначение компонентов набора.
4. Соревнования в дисциплинах «Дистанция» как самостоятельный вид соревнований по спортивному туризму. Цели и задачи. Основные этапы организации и проведения.
5. Специфика горного туризма. Основные особенности и опасности гор.
6. Роль медика в туристической группе. Основные задачи медика до и во время похода. Медицинский контроль и самоконтроль в походе.
7. Организационная структура российского туристского движения. Городские и районные клубы.
8. Способы изображения рельефа на картах и схемах. Определение расстояний, протяженности пути с учетом извилистости.
9. Общие принципы упаковки групповой аптечки. Основные группы препаратов в групповой аптечке в походах 1-2 к.с.
10. Виды туризма, их специфика.
11. Глазомерные определения расстояний до предметов, высоты и прочих геометрических параметров. Оценка крутизны склонов на местности.
12. Потертости и мозоли. Профилактика и первая помощь. Растяжения. Гематомы и неинтенсивные кровотечения. Первая помощь.
13. Маршрутная книжка туристского спортивного маршрута: назначение, разделы и порядок заполнения.
14. Определение направления при помощи компаса и другими способами.
15. Тепловой и солнечный удар. Симптомы и первая помощь
16. Требования к участникам и руководителю спортивных походов 1-2 к.с. Особенности требований к участникам и руководителю спортивных походов, проводимых в межсезонье.
17. Движение по азимуту в различных условиях. Счисление пути на местности.

18. Обморожения и гипотермия. Симптомы и первая помощь.
19. Права, обязанности и ответственность руководителя спортивных походов.
20. Прокладка маршрута по карте. Оценка крутизны склонов и видимости объектов.
21. Черепно-мозговая травма. Симптомы и первая помощь.
22. Права и обязанности участников спортивных походов.
23. Прямой и обратный азимуты. Пользование ими. Определение точки стояния.
24. Ожоги. Симптомы и первая помощь.
25. Документы, необходимые для оформления спортивных походов. Защита маршрута в МКК при выпуске.
26. Организация питания в походах 1-2 к.с. Требования к набору продуктов. Соотношение белков, жиров и углеводов.
27. Методы остановки интенсивных кровотечений. Порядок их применения.
28. Основные узлы в горном туризме. Виды узлов по назначению. Основные характеристики, особенности применения.
29. Упаковка и хранение в походах различных продуктов питания. Особенности приготовления пищи в условиях горного похода.
30. Алгоритмы остановки интенсивных кровотечений при открытом переломе, травматическом отрыве конечности и фонтанирующем кровотечении.
31. Справка о зачете прохождения туристского спортивного маршрута. Содержание и порядок выдачи. Порядок получения дубликатов.
32. Соотношение калорийности приемов пищи дневного рациона. Пример суточной раскладки. Циклы питания.
33. Жгут. Ситуации, требующие применения жгута. Правила наложения
34. Цели и задачи физических тренировок. Основные виды тренировок в туризме.
35. Опасности ледовых склонов. Техника и тактика передвижения и обеспечение безопасности при движении по ледовым склонам и ледникам.
36. Первая помощь при закрытых и открытых переломах конечностей. Первая помощь при вывихах и растяжениях. Правила иммобилизации.
37. Типовая форма и содержание отчета о туристско-спортивном походе. Порядок утверждения его в МКК.
38. Распределение обязанностей (должностей) в туристско-спортивном походе.
39. Первая помощь при пищевом отравлении.
40. Общие принципы классификации локальных препятствий (перевалов). Критерии оценки их категории трудности. Шкала оценки трудности перевалов.
41. Требования к местам привалов и ночлегов. Организация бивака.
42. Первая помощь при укусе змей и насекомых.
43. Основные характеристики перевалов 1А категории трудности. Требования к снаряжению и техническим навыкам.
44. Организация быта в походе. Дежурства, распределение бивачных работ.
45. Способы и средства транспортировки пострадавшего.
46. Основные характеристики перевалов 1Б категории трудности. Требования к снаряжению и техническим навыкам.
47. График похода, требования к нему, общие принципы распределения нагрузки в течение похода. Дневки.
48. Сердечно-легочная реанимация, основные правила и принципы. Первая помощь при утоплении.
49. Действия группы в случае аварии или ЧП. Сигналы бедствия и ответные действия по ним.
50. Организация движения на маршруте. Распределение общественного веса. Выбор темпа движения группы. Направляющий и замыкающий.

51. Алгоритм первичного осмотра пострадавшего. Обращение с пострадавшим без сознания
52. Основные этапы проведения поисково-спасательных работ. Назначение и функции различных отрядов.
53. Действия группы при срыве одного из участников в трещину на закрытом леднике.
54. Алгоритм поиска травм у пострадавшего без сознания.
55. Поисково-спасательные службы (ПСС). Взаимодействие туристских групп с ПСС. Наличие ПСС в районе УТП.
56. Опасности травянистых и осыпных склонов. Техника передвижения и обеспечение безопасности при движении по ним.
57. Алгоритм поиска травм у пострадавшего в сознании.
58. Классификационные требования к туристскому маршруту 1 к.с.
59. Опасности снежных и фирновых склонов. Техника передвижения и обеспечение безопасности при движении по ним.
60. Травма позвоночника. Способы обнаружения. Первая помощь. Особенности обращения с пострадавшим.
61. Классификационные требования к туристскому маршруту 2 к.с.
62. Опасности скал. Техника передвижения и обеспечение безопасности при движении по ним.
63. Общие правила взаимодействия с пострадавшим. Средства защиты от инфекций. Правила общения с пострадавшим. Профилактика шока.
64. Обзор района УТП школы. Физико-географические характеристики, туристские возможности.
65. Особенности и опасности горных рек. Способы переправ через горные реки. Обеспечение безопасности на переправах.
66. Инородное тело в дыхательных путях. Первая помощь.
67. Нормативная документация по спортивному туризму. Содержание разделов "Правил проведения соревнований туристских спортивных походов".
68. Страховка и самостраховка. Основные принципы, виды и приёмы.
69. Проникающие ранения грудной и брюшной полости. Закрытая травма брюшной полости. Симптомы. Первая помощь
70. Единая всероссийская классификация маршрутов. Категории сложности спортивных походов. Общие и видовые классификационные требования к спортивным туристским маршрутам.
71. Схемы маршрутов. Сравнительные характеристики линейного, кольцевого, радиального, смешанного маршрутов.
72. Кровотечения из носа, шеи, ушей, головы. Инородный предмет в ране. Первая помощь.
73. Туристская маршрутно-квалификационная комиссия (МКК). Цели и задачи её работы, требования к составу. Полномочия МКК.
74. Организация движения на маршруте. Возможные режимы движения в зависимости от рельефа и состояния группы. Разведка участка пути.
75. Экстренная аптечка первой помощи. Ее состав и назначение компонентов набора.
76. Туристские возможности горных районов России и стран СНГ. Горные системы мира.
77. Принципы акклиматизации в горном походе. Возможности адаптации человеческого организма и сроки пребывания на различных высотах.
78. Методы остановки интенсивных кровотечений. Порядок их применения.
79. Спортивный туризм в единой всероссийской классификации. Разрядные требования (для III-I разрядов).

80. Личное специальное снаряжение туриста в походе 1-2 к.с., его назначение.
81. Алгоритм первичного осмотра пострадавшего. Обращение с пострадавшим без сознания.
82. Экологические аспекты спортивного туристского похода. Охрана окружающей среды. Способы утилизации мусора в походе.
83. Групповое специальное снаряжение в походе 1-2 к.с. Примеры его применения.
84. Алгоритм поиска травм у пострадавшего в сознании
85. Требования к слушателям школ туристской подготовки предъявляемые при поступлении и в процессе обучения. Контроль успеваемости.
86. Бивачное снаряжение в горных походах 1-2 к.с. Правила работы с бензиновой и/или газовой горелкой.
87. Травма позвоночника. Способы обнаружения. Первая помощь. Особенности обращения с пострадавшим.
88. Система подготовки туристских кадров. Школы туристской подготовки. Цели и задачи. Порядок работы.
89. Одежда горного туриста и требования, предъявляемые к ней.
90. Общие правила взаимодействия с пострадавшим. Средства защиты от инфекций. Правила общения с пострадавшим
91. Яхтинг (парусный туризм). Условия выбора многодневного маршрута.
92. Школы для начального обучения парусному спорту (международный сертификат «Vareboat Skipper» для плавания в качестве капитана на яхте размером до 50 футов и удалением от берега до 20 морских миль, в дневное время суток).
93. Метеорология (основные признаки ухудшения погоды).

## **5. УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **5.1 Методические рекомендации студентам по изучению дисциплины**

В течение семестра студенты осуществляют учебные действия на лекционных и практических занятиях, решают практические задачи по указанию преподавателя, усваивают и повторяют основные понятия. Контроль эффективности самостоятельной работы студентов осуществляется путем проверки решения ими учебных заданий и выполнения заданий, предусмотренных для самостоятельной отработки с дальнейшим Групповым обсуждением.

Преподавание и изучение учебной дисциплины осуществляется в виде лекционных и практических занятий, групповых и индивидуальных форм работы, самостоятельной работы студентов. В качестве контрольно-развивающих форм используются контрольные работы, зачет.

**Методические рекомендации по подготовке студентов к практическим занятиям.** Для лучшего усвоения и закрепления материала по данной дисциплине студентам необходимо научиться работать с обязательной и дополнительной литературой. Изучение дисциплины предполагает отслеживание публикаций в периодических изданиях и работу с Internet.

При подготовке к практическим занятиям студенты должны изучить рекомендованную литературу, ответить на вопросы и выполнить все задания для самостоятельной работы. Особое внимание следует уделить осмыслению новых понятий. При подготовке целесообразно на основе изучения рекомендованной литературы выписать в контекст основные категории и понятия по учебной дисциплине, подготовить развернутые планы ответов и краткое содержание выполненных заданий.

### **Методические рекомендации студентам по организации самостоятельной работы по изучению литературных источников.**

При организации самостоятельной работы, следует обратить особое внимание на регулярность изучения основной и дополнительной литературы. В период изучения литературных источников необходимо так же вести конспект. В случае затруднений необходимо обратиться к преподавателю за разъяснениями.

Методические указания для выполнения контрольных работ. Учебный план по направлению подготовки 49.03.01. «Физическая культура» предусматривает выполнение студентами контрольных работ по дисциплине. Выполнение контрольной работы помогает выработать навыки логического анализа монографий, учебной литературы, развивает умения правильно формулировать и раскрывать теоретические положения, способствуют овладению юридической терминологией. Контрольная работа как одна из форм контроля знаний студентов- заочников. позволяет проверить, насколько успешна и эффективна организация их самостоятельной работы по дисциплине, представляет собой процесс, включающий в себя: выбор варианта; сбор научной информации и изучение литературы; изучение и изложение содержания вопросов; обработка материала в целом; оформление работы; представление ее на кафедру для регистрации; защита работы. Контрольные работы выполняются по предложенным вариантам, выбираемым студентом по последней цифре зачетной книжки. Контрольная работа имеет следующую структуру: 1) титульный лист; 2) содержание (вопросы); 3) основной текст включает в себя ответы на указанные в вариантах теоретические вопросы и выполнение практической части задания; 4) библиографический список.

Контрольная работа должна быть написана с соблюдением следующих требований: 1) материал должен быть изложен четко, последовательно; 2) ответ на вопрос следует начинать с нового листа (страницы); 3) при использовании цитат необходимо точно воспроизводить цитируемые тексты и обязательно делать ссылку на них в соответствии с установленными правилами; 4) сокращение слов в тексте не допускается; 5) употребление аббревиатуры. Ориентировочный объем выполненной работы не должен превышать 15 страниц компьютерного текста, написанного 14 размером шрифта через 1,5 интервала. Поля: слева - 30 мм; справа - 10 мм; сверху и снизу - 20 мм.

Выполненная контрольная работа сдается на кафедру. Срок сдачи - не позднее, чем за месяц до начала экзаменационной сессии.

**Методические рекомендации студентам по подготовке к экзамену.** При подготовке к экзамену необходимо руководствоваться рабочей программой по дисциплине «Водные виды рекреации». Студент должен иметь в виду, что некоторые вопросы, имеющиеся в программе и включенные в экзаменационные требования, выносятся на самостоятельное изучение. На экзамене студент должен показать знание содержания предмета, терминологии, умение свободно оперировать ею. Студент также должен показать знания учебных пособий разных лет, умение их аннотировать, знакомство с материалами новейших исследований. При подготовке к ответу на экзамене студенту разрешено пользоваться программой по курсу. Если студент при ответе на вопросы затрудняется с самостоятельным изложением материала, педагог имеет право задать ему ряд вопросов, стимулирующих студентов к полному высказыванию по данной теме, в случае, если ответы на эти вопросы исчерпывают тему, оценка за ответ не снижается. Монологические высказывания студентов должны соответствовать сути вопроса, быть логически выстроенными, доказательно раскрывать отношение отвечающего к излагаемой проблеме, выявлять личную точку зрения на использование тех или иных положений теоретического курса в практической работе.

### **5.2 Организации самостоятельной работы студента по дисциплине**

Самостоятельная внеаудиторная работа по курсу включает изучение учебной и научной литературы, повторение лекционного материала, подготовку к практическим занятиям, а также к текущему и итоговому контролю. Практические занятия

предусматривают совершенствование навыков работы с первоисточниками, изучения предметной специфики курса. Вопросы, не рассмотренные на лекциях и практических занятиях, должны быть изучены бакалаврами в ходе самостоятельной работы. Контроль самостоятельной работы бакалавров над учебной программой курса осуществляется в ходе практических занятий методом устного опроса или ответов на вопросы тем. В ходе самостоятельной работы каждый бакалавр обязан прочитать основную и по возможности дополнительную литературу по изучаемой теме. Обучающийся должен готовиться к предстоящему практическому занятию по всем, обозначенным в программе вопросам. Дискуссионные вопросы в ходе самостоятельной работы следует выписать в конспект лекций и впоследствии уточнять их на практических занятиях.

Самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия. Видами заданий для внеаудиторной самостоятельной работы студента для овладения знаниями выступают:

- чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы);
- составление плана текста; - конспектирование текста; - выписки из текста; - работа со словарями и справочниками; - использование компьютерной техники и Интернета и др. при выполнении творческих домашних заданий, для закрепления и систематизации знания;
- работа с конспектом лекций (обработка текста); - повторная работа над учебным материалом (электронного учебника, первоисточника, дополнительной литературы); - составление плана и тезисов ответа на вопросы промежуточного контроля; - составление таблиц для систематизации учебного материала; - решение задач; - аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, конспект-анализ и др.);
- подготовка сообщений к защите доклада на практическом занятии: - тестирование и др. для формирования умений и навыков: - подготовка к проблемным темам практических работ. Проработка вопросов, выносимых на самостоятельное изучение состоит в изучении, конспектировании и анализе литературных источников.

Методические рекомендации по самостоятельному изучению вопросов тем дисциплины:

1. Необходимо прочитать литературные источники, проанализировать качество и полноту изложения материала по изучаемым вопросам в литературных источниках.
2. Ответить на вопросы лекции.
3. Рекомендуются письменно составить свои вопросы к тексту (не менее трех).
4. Рекомендуются дать собственные комментарии позиции автора(ов) литературного источника, согласие или несогласие с автором(ами), аргументацию своей интерпретации.
5. Контроль за внеаудиторной самостоятельной работой осуществляется на практических занятиях, индивидуальных и групповых консультациях, защите контрольной работы, тестировании, экзамене.

В ходе выполнения контрольной работы бакалавры должны при помощи рекомендуемой литературы изучить теоретические основы выбранной темы, представить современный материал.

Домашняя работа над рекомендованными изданиями и выполнение контрольной работы должны привить студентам навыки работы со специальной литературой, научить аргументированному изложению своих знаний и убеждений в письменной форме. Изучение рекомендуемых источников должно сопровождаться составлением краткого конспекта, самоконтролем полученных знаний путем ответов на поставленные вопросы.

Контрольную работу студент должен выполнить в соответствии с требованиями к оформлению контрольных работ.

Задачи, решаемые студентом при выполнении контрольной работы:

- активизация полученных теоретических знаний;
- творческое отношение к изучаемой теме;
- приобретение опыта самостоятельной работы над литературой;
- получение практических навыков самостоятельного исследования конкретной проблемы.

### **5.3 Особенности преподавания дисциплины**

Для максимального усвоения дисциплины предлагается изложение лекционного материала с элементами обсуждения, а также с использованием графического сопровождения лекций (презентации на мультимедийном проекторе).

В качестве методики проведения практических занятий используются:

- информационные технологии: презентации, технология компьютерной проверки знаний обучающихся, аудиовизуальная технология;
- использование электронных образовательных ресурсов (электронные учебные пособия, статьи, домашние задания, рассылаемые на электронную почту студентов) при подготовке к лекциям, практическим занятиям и для самостоятельной работы;
- технология «дебаты»: дискуссии с разделением группы на оппонирующие коллективы предполагающая обсуждение сложных вопросов, проблем изучаемой темы (интерактивная форма проведения занятия);
- технология «обучение в сотрудничестве»: работа в команде при выполнении групповых домашних заданий;
- семинар-диспут: интерактивная форма проведения занятия, предполагающая публичное обсуждение спорных вопросов изучаемой темы;
- круглый стол: интерактивная форма проведения занятия, предполагающая публичное обсуждение или освещение сложных вопросов изучаемой темы, когда участники высказываются в определенном порядке.

Проведение всех видов занятий при преподавании дисциплины, проведение консультаций, промежуточная и текущая аттестация возможна с применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

### **5.4 Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортной психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и дидактические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением дистанционных технологий. Преподавание дисциплины осуществляется с акцентом на индивидуальный подход к обучаемым.

Дистанционное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а также с другими обучаемыми посредством вебинаров (например, с использованием программы Skype), что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В учебном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи и учебной информации в доступных формах для студентов с различными нарушениями, обеспечивается выпуск

альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения.

Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы студенты с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности и компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении аттестации.

### **5.5 Материально-техническое обеспечение дисциплины**

При обучении дисциплине «Водные виды рекреации» необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Лекционные занятия: - комплект электронных презентаций/слайдов; - специализированная аудитория, оснащенная интерактивной доской, проектором, ноутбуком, доской настенной комбинированной; - ноутбук, мультимедийный проектор.

2. Практические занятия: аудитория для проведения практических занятий на необходимое количество студентов, ноутбук, мультимедийный проектор.

Прочее: - рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет, принтером, сканером, ксероксом;

- рабочие места студентов, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде (библиотека, компьютерные классы).

Дистанционная поддержка дисциплины.

Для передачи раздаточного материала к практическим занятиям, домашних заданий, обмена информацией с преподавателем используется электронная почта.

3. Пакеты ПО общего назначения (текстовые редакторы, графические редакторы): OS Microsoft Windows

4. Дистанционная поддержка дисциплины: для передачи домашних заданий, обмена информацией с преподавателем используется электронная почта кафедры.

АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины «Туризм и методика преподавания»

дисциплиной обязательной части

Форма обучения очная

Составитель аннотации – Радченко В.И., к.п.и., доцент каф. ФКиС

Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / час.)	6/216
Цель изучения ДИСЦИПЛИНЫ	Целью освоения дисциплины «Туризм и методика преподавания» является формирование системы знаний, умений и навыков, необходимых для проведения рекреационной, физкультурно-оздоровительной и туристской работы с различными контингентами населения во всех типах государственных утверждений.
Содержание дисциплины	Основные понятия и термины. Классификация видов туризма (популярных в горных и прибрежных кластерах Краснодарского края и Ставропольской области). История развития туризма. Пешеходный туризм. Медицинский контроль. Яхтинг (парусный туризм). Метеорология.
Формируемые компетенции (коды)	ОПК-3, ОПК-4, ОПК-13
Коды и наименование индикатора достижения компетенции	ОПК-3.1 Владеет понятийным и категориальным аппаратом по теории и методике физической культуры и спорта, спортивной тренировки базовых видов спорта. ОПК-3.2 Владеет средствами, методами и приемами с учетом специфики базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. ОПК-3.3 Применяет педагогические и технологии по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке. ОПК-4.1 Использует принципы, методы и средства для проведения тренировочных занятий различной направленности. ОПК-4.2 Применяет знания основных видов спортивной подготовки при проведении тренировочных занятий на различных этапах спортивной подготовки. ОПК-4.3 Применяет основы планирования, подготовки и организации проведения соревнований в избранном виде спорта. ОПК-13.1 Умеет планировать и организовывать проведение соревнований различного уровня. ОПК-13.2 Знает правила соревнований по избранному виду спорта. ОПК-13.3 Организует и умеет провести судейство по избранному виду спорта соревнований различного ранга.
Дисциплины, участвующие в формировании компетенции	Гимнастика и методика преподавания Легкая атлетика и методика преподавания Спортивные игры и методика преподавания Водные виды рекреации Подвижные игры и методика преподавания Теория и методика спортивной подготовки Единоборства и методика преподавания Ознакомительная практика Преддипломная практика
Образовательные технологии	Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий: лекции, практические занятия, самостоятельная работа.
Формы текущего контроля успеваемости	Контрольная работа, опрос
Форма промежуточной аттестации	Экзамен