

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»  
«27» января 2022г., протокол №5

Заведующий кафедрой  
 С.А. Архипова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**  
**«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 обучения: очная

Идентификационный номер образовательной программы: 440301-01-22

Тула 2022 год

**ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ**  
**рабочей программы дисциплины (модуля)**

**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 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

**Целью** освоения дисциплины (модуля) является ознакомление студентов с туризмом, методикой обучения, формами и методами организации и проведения занятий с различными группами населения.

**Задачами** освоения дисциплины (модуля) являются:

- овладение студентами умений и навыков спортивного туризма;
- применение умений и навыков самостоятельной организации различных форм физкультурно-спортивных занятий с людьми различного возраста и разной степени физической подготовленности.

## **2 Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Дисциплина (модуль) относится к части основной профессиональной образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина (модуль) изучается в 4 семестре.

## **3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю)**

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы (формируемыми компетенциями) и индикаторами их достижения, установленными в общей характеристике основной профессиональной образовательной программы, приведён ниже.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен:

### **Знать:**

- 1) основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения педагогических задач (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.1);
- 2) современные педагогические технологии реализации компетентного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.1);
- 3) теории и методы управления образовательными системами (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.1).

### **Уметь:**

- 1) владеть технологиями диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.2);
- 2) проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области физической культуры (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.2);
- 3) планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.2);
- 4) использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения, в том числе по индивидуальным учебным планам (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.2);
- 5) устанавливать контакты с обучающимися (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.2).

**Владеть:**

1) навыками планирования образовательного процесса для группы и/или отдельных контингентов обучающихся на основе имеющихся типовых программ и собственных разработок с учетом специфики состава обучающихся (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.3);

2) навыками организации турниров, олимпиад (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.3).

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

**4 Объем и содержание дисциплины (модуля)**

**4.1 Объем дисциплины (модуля), объем контактной и самостоятельной работы обучающегося при освоении дисциплины (модуля), формы промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

Номер семестра	Формы промежуточной аттестации	Общий объем в зачетных единицах	Общий объем в академических часах	Объем контактной работы в академических часах						Объем самостоятельной работы в академических часах
				Лекционные занятия	Практические (семинарские) занятия	Лабораторные работы	Клинические практические занятия	Консультации	Промежуточная аттестация	
Очная форма обучения										
4	ДЗ	4	144	16	32	-	-	0	0,25	95,75
Итого	–	4	144	16	32	-	-	0	0,25	95,75

Условные сокращения: Э – экзамен, ЗЧ – зачет, ДЗ – дифференцированный зачет (зачет с оценкой), КП – защита курсового проекта, КР – защита курсовой работы.

**4.2 Содержание лекционных занятий**

№ п/п	Темы лекционных занятий
<b>4 семестр</b>	
1	Место туризма в системе физического воспитания. Федеральный закон «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации».
2	Самодеятельный туризм. Характеристика движения, его современное состояние. Отличительные особенности, уникальность, идеология и цель движения.
3	Классификация, технология и структура функционирования самодеятельного туризма в России.
4	Формы организации туристических мероприятий.
5	Туристические походы как основная форма самодеятельного туризма.
6	Оздоровительно-рекреационный туризм. Средства туризма. Виды рекреационного туризма. Задачи рекреационного туризма.
7	Организация и проведение массовых оздоровительных туристских мероприятий.

№ п/п	Темы лекционных занятий
8	Туристические сборы, слеты и соревнования.
9	Виды туризма, их особенности. Пешеходный туризм. Лыжный туризм.
10	Горный туризм. Водный туризм и др.
11	Единая Всероссийская спортивная классификация туристских маршрутов (ЕВСКТМ).
12	Категорирование маршрута и его определяющих препятствий.
13	Спортивные походы и путешествия Правила проведения соревнований туристских спортивных походов.
14	Кодекс путешественника.
15	Особенности подготовки кадров в спортивно-оздоровительном туризме.
16	Туристическое снаряжение и его применение.

### 4.3 Содержание практических (семинарских) занятий

№ п/п	Темы практических (семинарских) занятий
<b>4 семестр</b>	
1	Организация, подготовка и проведение туристского похода.
2	Определение целей похода. Подбор группы участников похода. Распределение обязанностей среди участников похода.
3	Выбор района. Сбор сведений о районе путешествия. Разработка маршрута.
4	Составление календарного плана похода. Составление сметы похода.
5	Подбор личного снаряжения. Групповое снаряжение.
6	Организация питания в туристическом походе. Режим питания. Хранение и транспортировка продуктов. Организация приготовления пищи. Составление меню.
7	Документация похода. Подведение итогов похода.
8	Экологические и природоохранные мероприятия во время туристских походов. Природосберегающее снаряжение.
9	Обеспечение безопасности при занятиях туризмом. Причины травматизма и несчастных случаев в туризме.
10	Медицинское обеспечение туристских мероприятий. Оказание первой доврачебной помощи и транспортировка пострадавшего.
11	Гигиена туриста. Гигиенические требования к обуви, одежде, снаряжению.
12	Охрана животного и растительного мира, исторических памятников, братских могил.
13	Закаливание туристов до походов и в походах.
14	Врачебно-педагогический контроль при занятиях туризмом.
15	Предупреждение травматизма. Комплектование медицинской аптечки. Правила поведения в экстремальных ситуациях.
16	Нормативно-правовые основы проведения туристических мероприятий оздоровительной направленности.

### 4.4 Содержание лабораторных работ

Занятия указанного типа не предусмотрены основной профессиональной образовательной программой.

### 4.5 Содержание клинических практических занятий

Занятия указанного типа не предусмотрены основной профессиональной образовательной программой.

#### 4.6 Содержание самостоятельной работы обучающегося

№ п/п	Виды и формы самостоятельной работы
<b>4 семестр</b>	
1	Подготовка к практическим занятиям
2	Подготовка реферата
3	Подготовка к тестированию
4	Подготовка к промежуточной аттестации и ее прохождение

#### 5 Система формирования оценки результатов обучения по дисциплине (модулю) в рамках текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося

Мероприятия текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося			Максимальное количество баллов
<b>4 семестр</b>			
Текущий контроль успеваемости	Первый рубежный контроль	<b>Оцениваемая учебная деятельность обучающегося:</b>	
		Посещение лекционных занятий	8
		Работа на практических занятиях	8
		Подготовка реферата	14
		Итого	30
	Второй рубежный контроль	<b>Оцениваемая учебная деятельность обучающегося:</b>	
		Посещение лекционных занятий	5
		Работа на практических занятиях	5
		Тестирование	20
		Итого	30
Промежуточная аттестация	Дифференцированный зачет		40 (100*)

#### Шкала соответствия оценок в стобалльной и академической системах оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)

Система оценивания результатов обучения	Оценки			
Стобалльная система оценивания	0 – 39	40 – 60	61 – 80	81 – 100
Академическая система оценивания (экзамен, дифференцированный зачет, защита курсового проекта, защита курсовой работы)	Неудовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
Академическая система оценивания (зачет)	Не зачтено	Зачтено		

#### 6 Описание материально-технической базы (включая оборудование и технические средства обучения), необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю) требуется учебная аудитория, оснащенная видеопроектором, настенным экраном, мультимедийным оборудованием для проведения лекционных занятий. Для проведения практических занятий требуется учебная аудитория, оборудованная доской для написания мелом и туристическим снаряжением.

## **7 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

### **7.1 Основная литература**

1. Теория и методика спортивного туризма [Электронный ресурс]: учебник / В.А. Таймазов [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2014. — 424 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40816.html>. — ЭБС «IPRbooks».
2. Рубис Л.Г. Спортивный туризм [Электронный ресурс]: учебник / Рубис Л.Г. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2019. — 170 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/72816.html>. — ЭБС «IPRbooks».
3. Иванова Н.В. Спортивно-оздоровительный туризм [Электронный ресурс]: учебное пособие для бакалавров / Иванова Н.В. — Электрон. текстовые данные. — М.: Дашков и К, Ай Пи Эр Медиа, 2014. — 256 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/21421.html>. — ЭБС «IPRbooks».

### **7.2 Дополнительная литература**

1. Вяткин Л. А. Туризм и спортивное ориентирование: учебное пособие для вузов / Л.А. Вяткин, Е.В. Сидорчук. — 4-е изд., стер. — Москва: Академия, 2009.
2. Петросян Д.С. Социальная безопасность: образование и воспитание. Образовательно-воспитательная система детско-юношеского туризма и краеведения России: монография / Петросян Д.С. — Москва: Русайнс, 2018. — 301 с. — ISBN 978-5-4365-2631-7. — URL: <https://book.ru/book/930104>.
3. Соболев С.В. Совершенствование тренировочного процесса в спортивном туризме в дисциплине «Дистанции – пешеходные» [Электронный ресурс]: монография / Соболев С.В., Соболева Н.В., Рябинина С.К. — Электрон. текстовые данные. — Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2014. — 134 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/84125.html>. — ЭБС «IPRbooks».
4. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «спортивный туризм» [Электронный ресурс]: приказ Министерства спорта Российской Федерации от 16 апреля 2018 г. №345/ — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2019. — 36 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/87551.html>. — ЭБС «IPRbooks».

## **8 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

1. Электронный каталог, обеспечивающим доступ к библиографическим записям, отображающим единый фонд. Режим доступа: <http://library.tsu.tula.ru/>;
2. ЭБС «БиблиоТех»: учебники авторов ТулГУ по всем дисциплинам. Режим доступа: <https://tsutula.bibliotech.ru>;
3. Научная Электронная Библиотека eLibrary – библиотека электронной периодики. Режим доступа: <http://elibrary.ru/>.
4. <http://www.tssr.ru/> - официальный сайт Федерации спортивного туризма России

## **9 Перечень информационных технологий, необходимых для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

**9.1 Перечень необходимого ежегодно обновляемого лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства**

1. Текстовый редактор Microsoft Word;
2. Программа подготовки презентаций Microsoft PowerPoint;
3. Пакет офисных приложений «МойОфис».

**9.2 Перечень необходимых современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем**

Справочная правовая система КонсультантПлюс (<http://www.consultant.ru>).