

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)
«Туризм»**

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

по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура

с направленностью (профилем)
Физкультурно-оздоровительные технологии

Форма обучения: очная, заочная

Идентификационный номер образовательной программы: 490301-01-22

Тула 2022 год

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ
рабочей программы дисциплины (модуля)

Разработчик:

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



Суханова

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:

- формирование у студентов умений и навыков 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 3 и 4 семестрах.

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) методы оценки уровня развития физических качеств, координационных способностей и спортивно-технического мастерства занимающихся (код компетенции – ПК-2, код индикатора – ПК-2.1);
- 2) правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений (код компетенции – ПК-2, код индикатора – ПК-2.1);
- 3) правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий (код компетенции – ПК-11, код индикатора – ПК-11.1);
- 4) правила использования спортивного оборудования и инвентаря (код компетенции – ПК-11, код индикатора – ПК-11.1);
- 5) основы организации первой помощи (код компетенции – ПК-11, код индикатора – ПК-11.1).

Уметь:

- 1) пользоваться спортивным оборудованием и инвентарем (код компетенции – ПК-2, код индикатора – ПК-2.2);
- 2) контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий (код компетенции – ПК-11, код индикатора – ПК-11.2);

3) использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений, применяемые в практике спортивной подготовки, организации спортивных соревнований (код компетенции – ПК-11, код индикатора – ПК-11.2);

4) выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря (код компетенции – ПК-11, код индикатора – ПК-11.2);

5) организовывать первую помощь, применять средства огнезащиты, средства индивидуальной защиты (код компетенции – ПК-11, код индикатора – ПК-11.2);

6) выявлять признаки перенапряжения и переутомления занимающихся (код компетенции – ПК-11, код индикатора – ПК-11.2).

Владеть навыками:

1) применения измерительных приборов (код компетенции – ПК-2, код индикатора – ПК-2.3);

2) контроля занимающихся во время теоретических и тренировочных занятий, выступлений на соревнованиях (код компетенции – ПК-11, код индикатора – ПК-11.3).

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										
3	ЗЧ	2	72	-	32	-	-	0	0,1	39,9
4	ДЗ	2	72	-	32	-	-	0	0,25	39,75
Итого	-	4	144	-	64	-	-	0	0,35	79,65
Заочная форма обучения										
3	ЗЧ	2	72	-	8	-	-	0	0,1	63,9
4	ДЗ	2	72	-	8	-	-	0	0,25	63,75
Итого	-	4	144	-	16	-	-	0	0,35	127,65

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

Занятия указанного типа не предусмотрены основной профессиональной образовательной программой.

4.3 Содержание практических (семинарских) занятий

Очная форма обучения

№ п/п	Темы практических (семинарских) занятий
3 семестр	
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.
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 семестр	
17	Организация, подготовка и проведение туристского похода
18	Определение целей похода. Подбор группы участников похода. Распределение обязанностей среди участников похода.
19	Выбор района. Сбор сведений о районе путешествия. Разработка маршрута.
20	Составление календарного плана похода. Составление сметы похода.
21	Подбор личного снаряжения. Групповое снаряжение
22	Организация питания в туристическом походе. Режим питания. Хранение и транспортировка продуктов. Организация приготовления пищи. Составление меню.
23	Документация похода. Подведение итогов похода.
24	Экологические и природоохранные мероприятия во время туристских походов. Природосберегающее снаряжение.
25	Обеспечение безопасности при занятиях туризмом. Причины травматизма и несчастных случаев в туризме.
26	Медицинское обеспечение туристских мероприятий. Оказание первой доврачебной помощи и транспортировка пострадавшего
27	Гигиена туриста. Гигиенические требования к обуви, одежде, снаряжению.
28	Охрана животного и растительного мира, исторических памятников, братских могил.
29	Закаливание туристов до походов и в походах.
30	Врачебно-педагогический контроль при занятиях туризмом.

№ п/п	Темы практических (семинарских) занятий
31	Предупреждение травматизма. Комплектование медицинской аптечки. Правила поведения в экстремальных ситуациях.
32	Нормативно-правовые основы проведения туристических мероприятий оздоровительной направленности.

Заочная форма обучения

№ п/п	Темы практических (семинарских) занятий
3 семестр	
1	Формы организации туристических мероприятий.
2	Туристические походы как основная форма самодеятельного туризма
3	Организация и проведение массовых оздоровительных туристских мероприятий.
4	Виды туризма, их особенности. Пешеходный туризм. Лыжный туризм.
5	Туристическое снаряжение и его применение
4 семестр	
6	Организация, подготовка и проведение туристского похода
7	Организация питания в туристическом походе. Режим питания. Хранение и транспортировка продуктов. Организация приготовления пищи. Составление меню.
8	Обеспечение безопасности при занятиях туризмом. Причины травматизма и несчастных случаев в туризме.
9	Гигиена туриста. Гигиенические требования к обуви, одежде, снаряжению.
10	Охрана животного и растительного мира, исторических памятников, братских могил.
11	Закаливание туристов до походов и в походах.

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

Очная форма обучения

№ п/п	Виды и формы самостоятельной работы
3 семестр	
1	Подготовка к практическим (семинарским) занятиям
2	Подготовка к промежуточной аттестации и ее прохождение
4 семестр	
3	Подготовка к практическим (семинарским) занятиям
4	Подготовка реферата
5	Подготовка к промежуточной аттестации и ее прохождение

Заочная форма обучения

№ п/п	Виды и формы самостоятельной работы
3 семестр	
1	Подготовка к практическим (семинарским) занятиям
2	Выполнение контрольно-курсовой работы
3	Подготовка к промежуточной аттестации и ее прохождение
4 семестр	
4	Подготовка к практическим (семинарским) занятиям
5	Выполнение контрольно-курсовой работы
6	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

Очная форма обучения

Мероприятия текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося			Максимальное количество баллов
3 семестр			
Текущий контроль успеваемости	Первый рубежный контроль	Оцениваемая учебная деятельность обучающегося:	
		Работа на практических (семинарских) занятиях	16
		Техника туристского бивака и жизнеобеспечение участников туристских походов.	14
		Итого	30
	Второй рубежный контроль	Оцениваемая учебная деятельность обучающегося:	
		Работа на практических (семинарских) занятиях	16
		Техника туристского бивака и жизнеобеспечение участников туристских походов.	14
		Итого	30
Промежуточная аттестация	Зачет		40 (100*)
4 семестр			
Текущий контроль успеваемости	Первый рубежный контроль	Оцениваемая учебная деятельность обучающегося:	
		Работа на практических (семинарских) занятиях	16
		Учебно-контрольные соревнования по туристской технике	14
		Итого	30
	Второй рубежный контроль	Оцениваемая учебная деятельность обучающегося:	
		Работа на практических (семинарских) занятиях	16
		Подготовка реферата	14
		Итого	30

Мероприятия текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося		Максимальное количество баллов
Промежуточная аттестация	Дифференцированный зачет	40 (100*)

Заочная форма обучения

Мероприятия текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося		Максимальное количество баллов
3 семестр		
Текущий контроль успеваемости	Работа на практических (семинарских) занятиях	30
	Выполнение контрольно-курсовой работы	30
Промежуточная аттестация	Зачет	40 (100*)
4 семестр		
Текущий контроль успеваемости	Работа на практических (семинарских) занятиях	30
	Выполнение контрольно-курсовой работы	30
Промежуточная аттестация	Дифференцированный зачет	40 (100*)

* В случае отказа обучающегося от результатов текущего контроля успеваемости

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

Система оценивания результатов обучения	Оценки			
	0 – 39	40 – 60	61 – 80	81 – 100
Стобалльная система оценивания				
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 полигон в виде городской застройки или парковой зоны, а так же спортивная карта этой местности.

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> — Текст: электронный.

3. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «спортивный туризм» [Электронный ресурс]: приказ Министерства спорта Российской Федерации от 16 апреля 2018г. №345/ — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2019. — 36 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/87551.html> — ЭБС «IPRbooks».

4. 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».

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. Пакет офисных приложений МойОфис».

9.2 Перечень необходимых современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы не требуются