

Министерство науки и высшего образования РФ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.В.10 Теория и методика спортивного туризма

наименование дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом

Направление подготовки / специальность

49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Направленность (профиль)

49.03.03.32 Рекреация и активный туризм

Форма обучения

очная

Год набора

2021

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Программу составили \_\_\_\_\_

кандидат педагогических наук, доцент, Пашкевич Виктор Матвеевич

должность, инициалы, фамилия

## 1 Цели и задачи изучения дисциплины

### 1.1 Цель преподавания дисциплины

Цель преподавания данной дисциплины – обеспечить уровень теоретических и методических знаний необходимый для участников и руководителей походов I - II категории сложности, организаторов спортивного туризма, инструкторов-проводников маршрутов I - II категории сложности.

### 1.2 Задачи изучения дисциплины

Задачи курса - дать студентам знания, умения и навыки, необходимые:

- для организации тренировочного процесса обеспечивающего участие в соревнованиях по спортивному туризму;
- для обеспечения безопасного проведения спортивно-туристских мероприятий;
- для работы с группой в условиях природной среды на маршрутах различной категории сложности, с учетом возрастных, физических и других особенностей участников;
- для работы в учреждениях по подготовке кадров для спортивного туризма;
- для подготовки человека к выживанию в экстремальных условиях

Структура и содержание дисциплины построены в соответствии с компетентностной моделью обучения с учетом модульного подхода.

### 1.3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Запланированные результаты обучения по дисциплине
<b>ПК-4: Способен конструировать и продвигать туристский продукт и циклы оздоровительно-рекреационного обслуживания различных социально-демографических групп населения и туристов</b>	
ПК-4.2: Разрабатывает и планирует туристские путешествия и конструирует циклы рекреационного обслуживания туристов	Знает особенности территории, на которой планируется туристское путешествие Умеет планировать и составлять маршрут в сфере активного туризма Разрабатывает и планирует туристские путешествия
ПК-4.3: Подготавливает снаряжение, проводит инструктаж при занятиях активными видами туризма	Знает виды и особенности снаряжения Умеет использовать снаряжение на маршруте Подбирает необходимое личное и общественное снаряжение с учетом специфики предполагаемого маршрута при занятиях активным туризмом

### 1.4 Особенности реализации дисциплины

Язык реализации дисциплины: Русский.

Дисциплина (модуль) реализуется без применения ЭО и ДОТ.

## 2. Объем дисциплины (модуля)

Вид учебной работы	Всего, зачетных единиц (акад.час)	Семестр		
		1	2	3
<b>Контактная работа с преподавателем:</b>	<b>4,11 (148)</b>			
занятия лекционного типа	2,06 (74)			
практические занятия	2,06 (74)			
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	<b>3,89 (140)</b>			
курсовое проектирование (КП)	Нет			
курсовая работа (КР)	Нет			
<b>Промежуточная аттестация (Зачёт) (Экзамен)</b>	<b>1 (36)</b>			

### 3 Содержание дисциплины (модуля)

#### 3.1 Разделы дисциплины и виды занятий (тематический план занятий)

		Контактная работа, ак. час.							
№ п/п	Модули, темы (разделы) дисциплины	Занятия лекционного типа		Занятия семинарского типа				Самостоятельная работа, ак. час.	
				Семинары и/или Практические занятия		Лабораторные работы и/или Практикумы			
		Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС
<b>1. Модуль 1. Общая подготовка</b>									
	1. История развития спортивного туризма в стране и Красноярском крае	2							
	2.							2	
	3. Основные руководящие материалы по спортивному туризму	1							
	4.							2	
	5. Особенности, содержание и специфика видов спортивного туризма			2					
	6.							2	
	7. Принципы категорирования препятствий и туристских маршрутов	1							
	8.							1	
	9. Разрядные требования в спортивном туризме	1							
	10.							1	

11. Структура и деятельность общественных ТСО, туристских клубов			2					
12.							1	
13. Туризм, природа и право	2							
14.							1	
15. Общественно полезная краеведческая деятельность. Наблюдения в походе			2					
16.								
17. Туристские возможности родного края (для маршрутов 1-2 к.сл.)	2							
18.							2	
19. Отчет о маршруте 1-2 категории сложности	2							
20.							2	
<b>2. Модуль 2. Специальная подготовка.</b>								
1. Организация, подготовка и проведение спортивного маршрута 1- 2 категории сложности			2					
2.							2	
3. Привалы и ночлеги в спортивном маршруте	1							
4.							6	
5. Принципы организации питания на маршруте			2					
6.							4	
7. Основы топографии и ориентирования	2							
8.							4	
9. Психологические аспекты в спортивном туризме			2					
10.							4	

11. Гигиена туриста. Медицинское обеспечение на маршруте			2					
12.							2	
13. Причины травматизма и несчастных случаев в спортивном туризме			2					
14.							2	
15. Обеспечение безопасности на маршруте	2							
16.							2	
<b>3. Модуль 3. Теория и методика горного туризма</b>								
1. Особенности горного туризма. Человек в горах			4					
2.							4	
3. Стратегия в горном туризме			2					
4.							2	
5. Тактика горного маршрута			4					
6.							6	
7. Элементы горного рельефа. Техника движения, и способы преодоления препятствий	3							
8.							6	
9. Общая и специальная подготовка горного туриста. Основные принципы спортивной тренировки туриста-горника	3							
10. Общая и специальная подготовка горного туриста. Основные принципы спортивной тренировки туриста-горника			2					
11.							2	
12. Снаряжение туриста-горника	4							
13. Снаряжение туриста-горника			4					



14.							4	
15. Особенности ориентирования в горах	4							
16. Особенности ориентирования в горах			2					
17.							6	
18. Организация привалов и ночлегов в горном маршруте	2							
19. Организация привалов и ночлегов в горном маршруте			2					
20.							4	
21. Особенности питания в горах	2							
22. Особенности питания в горах			2					
23.							6	
24. Анализ несчастных случаев и причины травматизма в горных путешествиях. Обеспечение безопасности (основные принципы)	4							
25. Анализ несчастных случаев и причины травматизма в горных путешествиях. Обеспечение безопасности (основные принципы)			4					
26.							4	
27. Медицина в горах	4							
28. Медицина в горах			2					
29.							2	
30. Действия в экстремальных условиях. Основы выживания в горах.	4							
31. Действия в экстремальных условиях. Основы выживания в горах.			2					
32.							2	

<b>4. Модуль 4. Теория и методика водного туризма.</b>								
1. Особенности водного туризма. Характеристика средств сплава.	4							
2. Особенности водного туризма. Характеристика средств сплава.			4					
3.							6	
4. Характеристика препятствий в водных маршрутах и техника их преодоления	2							
5. Характеристика препятствий в водных маршрутах и техника их преодоления			4					
6.							8	
7. Тактика в водном туризме			4					
8.							4	
9. Общая и специальная физическая подготовка в водном туризме. Основные принципы спортивной тренировки туриста-водника	2							
10.							4	
11. Снаряжение туриста-водника	2							
12. Снаряжение туриста-водника			2					
13.							4	
14. Организация питания	4							
15.							4	
16. Ориентирование на маршруте, особенности вида	2							
17. Ориентирование на маршруте, особенности вида			4					
18.							2	
19. Организация привалов и ночлегов в водном маршруте	4							

20. Организация привалов и ночлегов в водном маршруте			2					
21.							6	
22. Причины травматизма и анализ несчастных случаев в простых путешествиях. Обеспечение безопасности (основные принципы).	2							
23. Причины травматизма и анализ несчастных случаев в простых путешествиях. Обеспечение безопасности (основные принципы).			4					
24.							6	
25. Первая помощь в водном туризме	4							
26.							2	
27. Действия в экстремальных условиях. Основы выживания. Проведение поисково-спасательных работ	2							
28. Действия в экстремальных условиях. Основы выживания. Проведение поисково-спасательных работ			4					
29.							6	
Всего	74		74				140	

#### **4 Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

##### **4.1 Печатные и электронные издания:**

1. Таймазов, Федотов Теория и методика спортивного туризма: учебник (Москва: Советский спорт).
2. Федотов Ю. Н., Востоков И. Е. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник для вузов по направлению 521900- Физическая культура и специальности 022300- Физическая культура и спорт(Москва: Советский спорт).
3. Чикуров А. И., Гелецкий В. М. Теория и методика физической культуры: учеб.-метод. пособие для семинарских занятий [для студентов напр. 49.03.01 «Физическая культура», 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»](Красноярск: СФУ).

##### **4.2 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства (программное обеспечение, на которое университет имеет лицензию, а также свободно распространяемое программное обеспечение):**

1. Для освоения дисциплины «Теория и методика спортивного туризма» следует использовать программное обеспечение для презентаций лекционного курса, проведение семинаров с использованием интерактивных средств.
2. WinRAR Standard License – для юридических лиц
3. Office Professional Plus 2007 Russian OLP NL AE
4. Windows Vista Starter 32-bit Russian 1pk DSP OEI DVD-2
5. Adobe Acrobat 8.0 Standard Russian Version Win Full Educ

##### **4.3 Интернет-ресурсы, включая профессиональные базы данных и информационные справочные системы:**

1. Информационные справочные системы не применяются.

#### **5 Фонд оценочных средств**

Оценочные средства находятся в приложении к рабочим программам дисциплин.

#### **6 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

Помещения должны представлять собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

Учебные столы, стулья, доска