

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Вятский государственный университет»
(ВятГУ)
г. Киров

Утверждаю
Директор/Декан Ковязина Г. В.



Номер регистрации
РПД_3-49.03.02.51_2021_119003
Актуализировано: 24.04.2021

Рабочая программа дисциплины
Туризм

наименование дисциплины	
Квалификация выпускника	Бакалавр
Направление подготовки	49.03.02 шифр
	Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) наименование
Направленность (профиль)	3-49.03.02.51 шифр
	Инструктор-методист по адаптивной физической культуре наименование
Формы обучения	Заочная, Очная наименование
Кафедра-разработчик	Кафедра спортивных дисциплин и адаптивной физической культуры (ОРУ) наименование
Выпускающая кафедра	Кафедра спортивных дисциплин и адаптивной физической культуры (ОРУ) наименование

Сведения о разработчиках рабочей программы дисциплины

Вавилов Алексей Леонидович

ФИО

Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины	Цель дисциплины – освоение технологии профессиональной деятельности специалиста по физической культуре на основе дисциплины «Туризм».
Задачи дисциплины	<ul style="list-style-type: none"> - формирование комплекса знаний, умений и навыков в области туризма и спортивного ориентирования; - формирование профессиональных умений преподавателя физической культуры в процессе обучения знаниям и практическим навыкам по туризму; - формирование умений и навыков научно-методической деятельности в туризме; - формирование способности к принятию решения в экстремальных ситуациях в туризме; - формирование комплекса физических и психических качеств на занятиях по туризму, необходимых будущему учителю физической культуры; - воспитание любви к родному краю, природе.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Компетенция ОПК-2

Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами АФК		
Знает	Умеет	Владеет
Специальные знания и способы их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделенными видами адаптивной физической культуры	Обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья в соответствии с выделенными видами адаптивной физической культуры- туризм	Способами рационального применения специальных знаний при воздействии на телесность в соответствии с выделенными видами адаптивной физической культуры-туризм

Компетенция ОПК-10

Способен проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний).		
Знает	Умеет	Владеет
Методику разработки и применения комплексов физических упражнений с целью предупреждения возникновения заболеваний,	Разрабатывать и применять физические средства и методы с целью предупреждения возможного возникновения заболеваний,	Методикой организации и проведения комплексов физических упражнений различной направленности

<p>обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p>	<p>обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья; Разрабатывать применять физические средства и методы с целью предупреждения возможного прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья; Самостоятельно корректировать методики занятий различными видами двигательной активности с учетом физических и психических особенностей лиц, с отклонениями в состоянии здоровья</p>	
--	--	--

Компетенция ОПК-14

<p>Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>		
<p>Знает</p>	<p>Умеет</p>	<p>Владеет</p>
<p>Основные требования по технике безопасности на занятиях адаптивной физической культурой</p>	<p>Проведения инструктажа по технике безопасности и профилактики травматизма на занятиях адаптивной физической культурой</p>	<p>Оказывать доврачебную помощь на практических занятиях</p>

Структура дисциплины
Тематический план

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Шифр формируемых компетенций
1	Туризм как средство физического воспитания.	ОПК-10, ОПК-14, ОПК-2
2	Туристский поход.	ОПК-10, ОПК-14, ОПК-2
3	Подготовка и прохождение промежуточной аттестации	ОПК-10, ОПК-14, ОПК-2

Формы промежуточной аттестации

Зачет	4 семестр (Очная форма обучения) 5 семестр (Заочная форма обучения)
Экзамен	Не предусмотрен (Очная форма обучения) Не предусмотрен (Заочная форма обучения)
Курсовая работа	Не предусмотрена (Очная форма обучения) Не предусмотрена (Заочная форма обучения)
Курсовой проект	Не предусмотрена (Очная форма обучения) Не предусмотрена (Заочная форма обучения)

Трудоемкость дисциплины

Форма обучения	Курсы	Семестры	Общий объем (трудоемкость)		Контактная работа, час	в том числе аудиторная контактная работа обучающихся с преподавателем, час				Самостоятельная работа, час	Курсовая работа (проект), семестр	Зачет, семестр	Экзамен, семестр
			Часов	ЗЕТ		Всего	Лекции	Семинарские, практические занятия	Лабораторные занятия				
Очная форма обучения	2	4	180	5	113	64	10	54	0	67		4	
Заочная форма обучения	2, 3	4, 5	180	5	12.5	12	4	8	0	167.5		5	

Содержание дисциплины

Очная форма обучения

Код занятия	Наименование тем занятий	Трудоемкость, академических часов
Раздел 1 «Туризм как средство физического воспитания.»		47.00
Лекции		
Л1.1	Тема 1.1. Место туризма в системе физического воспитания	2.00
Л1.2	Тема 1.2. Топографическая подготовка туриста.	2.00
Л1.3	Тема 1.3. Соревнования школьников по технике и тактике пешеходного туризма.	2.00
Семинары, практические занятия		
П1.1	Тема 1.2. Топографическая подготовка туриста.	1.00
П1.2	Тема 1.4. Укладка рюкзака. Постановка и снятие палатки.	1.00
П1.3	Тема 1.5. Виды костров, заготовка топлива, разжигание костра. Техника безопасности и экологическое воспитание при бивачных работах	1.00
П1.4	Тема 1.6. Туристские узлы, их применение в туристическом походе и быту.	1.00
П1.5	Тема 1.7. Оказание первой медицинской помощи, транспортировка пострадавших	1.00
Самостоятельная работа		
С1.1	Тема 1.1. Место туризма в системе физического воспитания.	2.00
С1.2	Тема 1.2. Топографическая подготовка туриста.	2.00
С1.3	Тема 1.3. Соревнования школьников по технике и тактике пешеходного туризма.	2.00
С1.4	Тема 1.4. Укладка рюкзака. Постановка и снятие палатки.	2.00
С1.5	Тема 1.5. Виды костров, заготовка топлива, разжигание костра. Техника безопасности и экологическое воспитание при бивачных работах	2.00
С1.6	Тема 1.6. Туристские узлы, их применение в туристическом походе и быту.	2.00
С1.7	Тема 1.7. Оказание первой медицинской помощи, транспортировка пострадавших.	2.00
Контактная внеаудиторная работа		
КВР1.1	Контактная внеаудиторная работа.	22.00
Раздел 2 «Туристский поход.»		129.00
Лекции		
Л2.1	Тема 2.1. Особенности подготовки, организации и проведения туристских походов со школьниками.	2.00
Л2.2	Тема 2.3. Виды соревнований по спортивному ориентированию.	1.00

Л2.3	Тема 2.4. Обеспечение безопасности в походе, врачебный и гигиенический контроль, профилактика травматизма	1.00
Семинары, практические занятия		
П2.1	Тема 2.5. Режим движения в походе. Устройство биваков, костровое снаряжение, способы и техника приготовления пищи	10.00
П2.2	Тема 2.6. Преодоление естественных препятствий. Спуск и подъем спортивным способом. Переправа по веревке с перилами	10.00
П2.3	Тема 2.7. Работа с картой и компасом, ориентирование в походе	10.00
П2.4	Тема 2.2. Особенности организации и проведения лыжных, водных походов, обеспечение безопасности	10.00
П2.5	Тема 2.8. Охрана природы. Экология и культура. Оформление маршрутных книжек	9.00
Самостоятельная работа		
С2.1	Тема 2.1. Особенности подготовки, организации и проведения туристских походов со школьниками	8.00
С2.2	Тема 2.2. Особенности организации и проведения лыжных, водных походов, обеспечение безопасности	8.00
С2.3	Тема 2.3. Виды соревнований по спортивному ориентированию.	5.00
С2.4	Тема 2.4. Обеспечение безопасности в походе, врачебный и гигиенический контроль, профилактика травматизма	9.00
С2.5	Тема 2.5. Режим движения в походе. Устройство биваков, костровое снаряжение, способы и техника приготовления пищи	8.00
С2.6	Тема 2.6. Преодоление естественных препятствий. Спуск и подъем спортивным способом. Переправа по веревке с перилами	5.00
С2.7	Тема 2.7. Работа с картой и компасом, ориентирование в походе	2.00
С2.8	Тема 2.8. Охрана природы. Экология и культура. Оформление маршрутных книжек	4.50
Контактная внеаудиторная работа		
КВР2.1	Контактная внеаудиторная работа.	26.50
Раздел 3 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации»		4.00
З3.1	Подготовка к сдаче зачета	3.50
КВР3.1	Сдача зачета	0.50
ИТОГО		180.00

Заочная форма обучения

Код занятия	Наименование тем занятий	Трудоемкость, академических
-------------	--------------------------	-----------------------------

		часов
Раздел 1 «Туризм как средство физического воспитания.»		28.00
Лекции		
Л1.1	Тема 1.1. Место туризма в системе физического воспитания	1.00
Л1.2	Тема 1.2. Топографическая подготовка туриста.	
Л1.3	Тема 1.3. Соревнования школьников по технике и тактике пешеходного туризма.	1.00
Семинары, практические занятия		
П1.1	Тема 1.2. Топографическая подготовка туриста.	
П1.2	Тема 1.4. Укладка рюкзака. Постановка и снятие палатки.	
П1.3	Тема 1.5. Виды костров, заготовка топлива, разжигание костра. Техника безопасности и экологическое воспитание при бивачных работах	
П1.4	Тема 1.6. Туристские узлы, их применение в туристическом походе и быту.	
П1.5	Тема 1.7. Оказание первой медицинской помощи, транспортировка пострадавших	
Самостоятельная работа		
С1.1	Тема 1.1. Место туризма в системе физического воспитания.	3.00
С1.2	Тема 1.2. Топографическая подготовка туриста.	3.00
С1.3	Тема 1.3. Соревнования школьников по технике и тактике пешеходного туризма.	4.00
С1.4	Тема 1.4. Укладка рюкзака. Постановка и снятие палатки.	5.00
С1.5	Тема 1.5. Виды костров, заготовка топлива, разжигание костра. Техника безопасности и экологическое воспитание при бивачных работах	3.00
С1.6	Тема 1.6. Туристские узлы, их применение в туристическом походе и быту.	3.00
С1.7	Тема 1.7. Оказание первой медицинской помощи, транспортировка пострадавших.	5.00
Контактная внеаудиторная работа		
КВР1.1	Контактная внеаудиторная работа.	
Раздел 2 «Туристский поход.»		148.00
Лекции		
Л2.1	Тема 2.1. Особенности подготовки, организации и проведения туристских походов со школьниками.	1.00
Л2.2	Тема 2.3. Виды соревнований по спортивному ориентированию.	
Л2.3	Тема 2.4. Обеспечение безопасности в походе, врачебный и гигиенический контроль, профилактика травматизма	1.00
Семинары, практические занятия		
П2.1	Тема 2.5. Режим движения в походе. Устройство биваков, костровое снаряжение, способы и техника	1.00

	приготовления пищи	
П2.2	Тема 2.6. Преодоление естественных препятствий. Спуск и подъем спортивным способом. Переправа по веревке с перилами	2.00
П2.3	Тема 2.7. Работа с картой и компасом, ориентирование в походе	1.00
П2.4	Тема 2.2. Особенности организации и проведения лыжных, водных походов, обеспечение безопасности	2.00
П2.5	Тема 2.8. Охрана природы. Экология и культура. Оформление маршрутных книжек	2.00
Самостоятельная работа		
С2.1	Тема 2.1. Особенности подготовки, организации и проведения туристских походов со школьниками	18.00
С2.2	Тема 2.2. Особенности организации и проведения лыжных, водных походов, обеспечение безопасности	18.00
С2.3	Тема 2.3. Виды соревнований по спортивному ориентированию.	18.00
С2.4	Тема 2.4. Обеспечение безопасности в походе, врачебный и гигиенический контроль, профилактика травматизма	18.00
С2.5	Тема 2.5. Режим движения в походе. Устройство биваков, костровое снаряжение, способы и техника приготовления пищи	18.00
С2.6	Тема 2.6. Преодоление естественных препятствий. Спуск и подъем спортивным способом. Переправа по веревке с перилами	18.00
С2.7	Тема 2.7. Работа с картой и компасом, ориентирование в походе	15.00
С2.8	Тема 2.8. Охрана природы. Экология и культура. Оформление маршрутных книжек	15.00
Контактная внеаудиторная работа		
КВР2.1	Контактная внеаудиторная работа.	
Раздел 3 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации»		4.00
З3.1	Подготовка к сдаче зачета	3.50
КВР3.1	Сдача зачета	0.50
ИТОГО		180.00

Содержание дисциплины данной рабочей программы используется при обучении по индивидуальному учебному плану, при ускоренном обучении, при применении дистанционных образовательных технологий и электронном обучении (при наличии).

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Успешное освоение дисциплины предполагает активное, творческое участие обучающегося на всех этапах ее освоения путем планомерной, повседневной работы. Обучающийся обязан посещать лекции, семинарские, практические и лабораторные занятия (при их наличии), получать консультации преподавателя и выполнять самостоятельную работу.

Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, методических указаний и разработок, указанных в программе, особое внимание уделить целям, задачам, структуре и содержанию дисциплины.

Главной задачей каждой лекции является раскрытие сущности темы и анализ ее основных положений. Тематика лекций определяется настоящей рабочей программой дисциплины.

Лекции – это систематическое устное изложение учебного материала. На них обучающийся получает основной объем информации по каждой конкретной теме. Лекции обычно носят проблемный характер и нацелены на освещение наиболее трудных и дискуссионных вопросов.

Предполагается, что обучающиеся приходят на лекции, предварительно проработав соответствующий учебный материал по источникам, рекомендованным программой. Часто обучающимся трудно разобраться с дискуссионными вопросами, дать однозначный ответ. Преподаватель, сравнивая различные точки зрения, излагает свой взгляд и нацеливает их на дальнейшие исследования и поиск научных решений. После лекции желательно вечером перечитать и закрепить полученную информацию, тогда эффективность ее усвоения значительно возрастает. При работе с конспектом лекции необходимо отметить материал, который вызывает затруднения для понимания, попытаться найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь за помощью к преподавателю.

Целью семинарских занятий является проверка уровня понимания обучающимися вопросов, рассмотренных на лекциях и в учебной литературе.

Целью практических и лабораторных занятий является формирование у обучающихся умений и навыков применения теоретических знаний в реальной практике решения задач; восполнение пробелов в пройденной теоретической части курса.

Семинарские, практические и лабораторные занятия в равной мере направлены на совершенствование индивидуальных навыков решения теоретических и прикладных задач, выработку навыков интеллектуальной работы, а также ведения дискуссий. Для успешного участия в семинарских, практических и лабораторных занятиях обучающемуся следует тщательно подготовиться.

Основной формой подготовки обучающихся к практическим (лабораторным) занятиям является самостоятельная работа с учебно-методическими материалами, научной литературой, статистическими данными и т.п.

Изучив конкретную тему, обучающийся может определить, насколько хорошо он в ней разобрался. Если какие-то моменты остались непонятными, целесообразно составить список вопросов и на занятии задать их преподавателю. Практические (лабораторные) занятия предоставляют обучающемуся возможность творчески раскрыться, проявить инициативу и развить навыки публичного ведения дискуссий и общения.

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя выполнение различного рода заданий (изучение учебной и научной литературы, материалов лекций, систематизацию прочитанного материала, подготовку контрольной работы, решение

задач, подготовка докладов, написание рефератов, публикация тезисов, научных статей, подготовка и защита курсовой работы / проекта и другие), которые ориентированы на глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины.

Обучающимся рекомендуется систематически отводить время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки.

Внутренняя система оценки качества освоения дисциплины включает входной контроль уровня подготовленности обучающихся, текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию, направленную на оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине (в том числе результатов курсового проектирования (выполнения курсовых работ) при наличии).

При проведении промежуточной аттестации обучающегося учитываются результаты текущего контроля, проводимого в течение освоения дисциплины.

Процедура оценивания результатов освоения дисциплины осуществляется на основе действующих локальных нормативных актов ФГБОУ ВО «Вятский государственный университет», с которыми обучающиеся знакомятся на официальном сайте университета www.vyatsu.ru.

Учебно-методическое обеспечение дисциплины, в том числе учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающегося по дисциплине

Учебная литература (основная)

1) Константинов, Юрий Сергеевич. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма : учеб. пособие по дисциплине специализации специальности "Менеджмент организации" / Ю. С. Константинов ; Рос. междунар. академия туризма, Федерал. центр детско-юношеского туризма и краеведения. - М. : Сов. спорт, 2009. - 392 с. : ил. - (Профессиональное туристское образование). - Библиогр.: с. 388-389. - ISBN 978-5-9718-0360-7 : 350.00 р. - Текст : непосредственный.

Учебная литература (дополнительная)

1) Соболев, С. В. Совершенствование тренировочного процесса в спортивном туризме в дисциплине «Дистанции – пешеходные» : монография / С.В. Соболев. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014. - 134 с. - ISBN 978-5-7638-3112-2 : Б. ц. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364618/> (дата обращения: 24.03.2020). - Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE. - Текст : электронный.

2) Кравчук, Т. А. Теория и методика спортивно-оздоровительного туризма. I : учебное пособие / Т.А. Кравчук. - Издание 2-е, переработанное и дополненное. - Омск : Издательство СибГУФК, 2009. - 186 с. - Б. ц. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=298127/> (дата обращения: 24.03.2020). - Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE. - Текст : электронный.

3) Кравчук, Т. А. Теория и методика спортивно-оздоровительного туризма. II : учебное пособие / Т.А. Кравчук. - Издание 2-е, переработанное и дополненное. - Омск : Издательство СибГУФК, 2009. - 136 с. - Б. ц. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=298125/> (дата обращения: 24.03.2020). - Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE. - Текст : электронный.

Учебно-методические издания

1) Федорова, Т. А. Технологии спортивно-оздоровительного туризма : учебно-методическое пособие / Т. А. Федорова. - Пермь : ПГГПУ, 2018. - 76 с. - ISBN 978-5-85218-990-5 : Б. ц. - URL: <https://e.lanbook.com/book/129488> (дата обращения: 15.05.2020). - Режим доступа: ЭБС Лань. - Текст : электронный.

Электронные образовательные ресурсы

1) Портал дистанционного обучения ВятГУ [электронный ресурс] / - Режим доступа: <http://mooc.do-kirov.ru/>

- 2) Раздел официального сайта ВятГУ, содержащий описание образовательной программы [электронный ресурс] / - Режим доступа: https://www.vyatsu.ru/php/programmms/eduPrograms.php?Program_ID=3-49.03.02.51
- 3) Личный кабинет студента на официальном сайте ВятГУ [электронный ресурс] / - Режим доступа: <https://new.vyatsu.ru/account/>
- 4) Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>

Электронные библиотечные системы (ЭБС)

- ЭБС «Научная электронная библиотека eLIBRARY» (<http://elibrary.ru/defaultx.asp>)
- ЭБС «Издательства Лань» (<http://e.lanbook.com/>)
- ЭБС «Университетская библиотека online» (www.biblioclub.ru)
- Внутренняя электронно-библиотечная система ВятГУ (<http://lib.vyatsu.ru/>)
- ЭБС «ЮРАЙТ» (<https://urait.ru>)

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- ГАРАНТ
- КонсультантПлюс
- Техэксперт: Нормы, правила, стандарты
- Роспатент (<https://www1.fips.ru/elektronnye-servisy/informatsionno-poiskovaya-sistema>)
- Web of Science® (<http://webofscience.com>)

Материально-техническое обеспечение дисциплины

Демонстрационное оборудование

Перечень используемого оборудования
интерактивная система Smart со встроенным проектором
Неттоп 3Q Nettop Qoo
Ноутбук Samsung R525

Специализированное оборудование

Перечень используемого оборудования
Палатка Selenga

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе лицензионное и свободно распространяемое ПО (включая ПО отечественного производства)

№ п.п	Наименование ПО	Краткая характеристика назначения ПО
1	Программная система с модулями для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат.ВУЗ»	Программный комплекс для проверки текстов на предмет заимствования из Интернет-источников, в коллекции диссертация и авторефератов Российской государственной библиотеки (РГБ) и коллекции нормативно-правовой документации LEXPRO
2	Microsoft Office 365 ProPlusEdu ALNG SubsVL MVL AddOn toOPP	Набор веб-сервисов, предоставляющий доступ к различным программам и услугам на основе платформы Microsoft Office, электронной почте бизнес-класса, функционалу для общения и управления документами
3	Office Professional Plus 2016	Пакет приложений для работы с различными типами документов: текстами, электронными таблицами, базами данных, презентациями
4	Windows Professional	Операционная система
5	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса	Антивирусное программное обеспечение
6	Справочная правовая система «Консультант Плюс»	Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации
7	Электронный периодический справочник ГАРАНТ Аналитик	Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации
8	Security Essentials (Защитник Windows)	Защита в режиме реального времени от шпионского программного обеспечения, вирусов.
9	МойОфис Стандартный	Набор приложений для работы с документами, почтой, календарями и контактами на компьютерах и веб браузерах

Обновленный список программного обеспечения данной рабочей программы находится по адресу:
https://www.vyatsu.ru/php/list_it/index.php?op_id=119003