

**ГОУ ВПО «ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**Кафедра спортивных игр**

**УТВЕРЖДАЮ:**

Проректор по научно-методической  
и методической работе

Е.И. Скафа

2020 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ТУРИЗМ»**

Направление подготовки:	49.03.01. Физическая культура
Профиль подготовки:	Спортивная тренировка
Образовательная программа:	Бакалавриат
Квалификация:	Академический бакалавр
Форма обучения:	Очная, заочная в том числе с ускоренным сроком обучения

Донецк 2020

**УТВЕРЖДАЮ:**

И.о. директора института  
физической культуры и спорта

В.В. Сидорова

«23»

апреля 2020 г.



Программа учебной дисциплины «Туризм» составлена на основе Государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования (ГОС ВПО) Донецкой Народной Республики (ДНР) по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики от 19 ноября 2015 года, № 811, зарегистрированного в Министерстве образования и науки ДНР № 827;

Порядка организации учебного процесса в образовательных организациях высшего профессионального образования Донецкой Народной Республики, утвержденного приказом Министерства образования и науки ДНР № 1171 от 10 ноября 2017г.;

учебного плана и основной образовательной программы по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (Профиль: Спортивная тренировка), разработанных в ГОУ ВПО «Донецкий национальный университет».

Разработчик:

Преподаватель кафедры спортивных игр

Р.В. Филиппов

Программа учебной дисциплины утверждена на заседании кафедры спортивных игр

Протокол № 9 от «17» апреля 2020 г.

Заведующий кафедрой

Т.В. Москалец

Программа учебной дисциплины одобрена учебно-методической комиссией института физической культуры и спорта

Протокол № 8 от «20» апреля 2020 г.

Председатель учебно-методической  
комиссии института физической  
культуры и спорта

И.В. Капланец

## 1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ И МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ

Дисциплина «Туризм» входит в вариативную образовательную программу высшего профессионального образования подготовки бакалавров, относится к базовой части профессионального цикла учебного плана по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (Профиль: Спортивная тренировка).

Дисциплина реализуется в институте физической культуры и спорта на кафедре спортивных игр.

Для изучения учебной дисциплины «Туризм» необходим базовый уровень знаний, умений и навыков, полученный в процессе предшествующего среднего (полного) общего образования, а также использование знаний, умений и компетенций, сформированных при освоении дисциплины «Туризм».

Знания, умения и навыки, формируемые учебной дисциплиной необходимы при прохождении педагогической и тренерской практик.

## 2. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Характеристика учебной дисциплины</i>				
Направление подготовки	49.03.01 Физическая культура			
Профиль	Физкультурное образование			
Образовательная программа	академический бакалавр			
Квалификация	бакалавр			
Количество содержательных модулей	1			
Дисциплина базовой / вариативной части образовательной программы	дисциплина вариативной части профессионального цикла			
Формы контроля (МК, экзамен, зачет)	модульный контроль 1 семестр, зачет 1 семестр			
Показатели	очная форма обучения		заочная форма обучения	
	нормат. срок	ускор. срок	нормат. срок	ускор. срок
Количество зачетных единиц (кредитов)	3	3	3	3
Год подготовки	1	1	1	1
Семестр	1	1	2	1
Количество часов	108	108	108	108
- лекционных				
- практических, семинарских	36	34	6	6
- лабораторных				
- самостоятельной работы	72	74	102	102
в т.ч. индивидуальное задание				
Недельное количество часов,	6	6,4		
в т.ч. аудиторных	2	2		

## 3. ОПИСАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Цели и задачи

*Целью*— является формирование у студентов основ организации туристской деятельности, дать полный объем учебной программы и раскрыть обширное понятие

активного вида туризма, его технику и тактику продвижения, что в дальнейшем поможет студентам правильно организовать учебно-тренировочные походы и учебно-воспитательный процесс, и проводить туристско-экологические, туристско-спортивные и туристско-оздоровительные мероприятия для различных групп населения, а также развитие способностей для решения возникающих проблем в профессиональной деятельности по вопросам данной области.

**Задачи:**

изучить теоретические основы туризма, овладеть практическими навыками туризма.

**Требования к результатам освоения дисциплины.** Процесс изучения дисциплины «Туризм» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ГОС ВПО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (программа бакалавриата: Спортивная тренировка):

**а) общекультурных (ОК):** способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7); способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8); Способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (ОК-9).

**б) общепрофессиональных компетенций (ОПК):** Способностью воспитывать у учеников социально-личностные качества: целеустремленность, организованность, трудолюбие, ответственность, гражданственность, коммуникабельность, толерантность (ОПК-4); Способностью обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь (ОПК-7); способностью организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта (ОПК-8);

**в) профессиональных компетенций (ПК):** Способностью к популяризации и обучению навыкам здорового образа жизни (ПК-6); Способностью организовывать и вести рекреационную деятельность в организациях различного типа с учетом особенностей обучающихся, а также гигиенических и естественно-средовых факторов (ПК-21); Способностью организовывать и проводить туристско-экологические, туристско-спортивные и туристско-оздоровительные мероприятия для различных групп населения (ПК-24); Способностью привлекать внимание средств массовой информации к формированию общественного мнения о роли и значении физической культуры и спорта в вопросах сохранения, укрепления и формирования здоровья человека (ПК-36).

**В результате изучения учебной дисциплины студент должен:**

**знать:** этапы развития; основы терминологии туризма; цели, задачи, средства и методы туризма; общие сведения о туризме и организацию комплексных мероприятий по подготовке и проведению туристских походов; теоретические основы туристской подготовки; теоретические основы проведения однодневных походов, как основного способа рекреации.

**уметь:** применять на практике работу с компасом, топографическими картами и планами; использовать туристское снаряжение; разрабатывать плановую и походную документацию; навыками укрепления и сохранения здоровья школьников, рациональной организации учебного процесса.

**владеть:** навыками основных технико-тактических приемов разработки маршрута; Составление плана похода: постановка задач похода, комплектование группы и распределение обязанностей, определение района похода, сбор сведений о районе похода. составление карты; ориентирования на местности; вязание узлов.

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ И ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Порядковый номер и тема	Краткое содержание темы
<b>Содержательный модуль 1. Туризм</b>	
<b>Тема 1.</b> Туризм в системе физического воспитания	Туризм в системе физического воспитания. Прикладное значение туризма. Предмет «Туризм». Роль и место туризма в жизни человека. Основные этапы развития туризма. Понятия «туризм», «турист», «экскурсант», «инфраструктура туризма», «туристская политика». Виды туризма по географии путешествий. Туристские макрорегионы.
<b>Тема 2.</b> Структура подготовки в туризме	Теоретическая подготовка в системе туристской подготовки. Краеведческая подготовка в системе туристской подготовки. Психологическая подготовка и общая физическая подготовка в системе туристской подготовки. Специальная физическая подготовка в системе туристской подготовки. Топографическая подготовка в туризме.
<b>Тема 3.</b> Техника видов туризма	Техника пешеходного, горного, водного, велосипедного туризма. Организация и проведение походов. Продолжительность и протяженность маршрутов. Преодоление сложных участков (осыпей, скал, снежных склонов, водных порогов). Требования к личному и групповому снаряжению. Составление плана похода: постановка задач похода, комплектование группы и распределение обязанностей, определение района похода, сбор сведений о районе похода.
<b>Тема 4.</b> Подготовка и проведение туристических мероприятий	Характеристика туристических мероприятий. Задачи туристских слётов и соревнований. Организация: судейская коллегия, участники, положение о слёте, условия проведения. Формы и методы туристской работы в школе: походы выходного дня, степенные и категорийные походы, экскурсии, экспедиции, школьные музеи и выставки, туристские вечера, соревнования, слеты, туристские кружки и секции, профильные лагеря, станции туристов, центры детского и юношеского туризма. Меры безопасности при проведении туристских мероприятий. Питание в туристическом походе.

**Тематический план**

	Содержательный модуль 1																						
Названия содержательных модулей и тем	Количество часов																						
	Очная форма обучения											Заочная форма обучения											
	Нормативный срок обучения					Ускоренный срок обучения					Нормативный срок обучения					Ускоренный срок обучения							
	всего	в т.ч.					всего	в т.ч.				всего	в т.ч.				всего	в т.ч.					
		лекции	практические	лабораторные	самостоятельная работа	индивидуальная		лекции	практические	лабораторные	самостоятельная работа		индивидуальная	лекции	практические	самостоятельная работа		индивидуальная					
Туризм в системе физического воспитания. Прикладное значение туризма.	6		2		4		6		2		4		6		1		5		6		1	5	
Предмет «Туризм». Роль и место туризма в жизни человека. Основные этапы развития туризма.	6		2		4		6		2		4		5				6		5			6	
Понятия «туризм», «турист», «экскурсант», «инфраструктура туризма»,	6		2		4		6		2		4		6		1		6		6		1	6	



«туристская политика».																							
Виды туризма по географии путешествий. Туристские макрорегионы.	8		2		6		8		2		6		6				6		6			6	
Теоретическая подготовка в системе туристской подготовки.	5		2		3		5		2		3		6				6		6			6	
Краеведческая подготовка в системе туристской подготовки.	5		2		3		5		2		3		5				5		5			5	
Психологическая подготовка и общая физическая подготовка в системе туристской подготовки.	5		2		3		5		2		3		5				5		5			5	
Специальная физическая подготовка в системе туристской подготовки.	5		2		3		5		2		3		6		1		5		6		1	5	
Топографическая подготовка в туризме.	8		2		6		8		2		6		6		1		5		6		1	5	
Техника пешеходного, горного, водного, велосипедного туризма.	5		2		3		5		2		3		5				5		5			5	

Организация и проведение походов.	5		2		3		5		2		3		7		1		6		7		1	6	
Продолжительность и протяженность маршрутов. Преодоление сложных участков (осыпей, скал, снежных склонов, водных порогов).	5		2		3		5		2		3		6				6		6			6	
Требования к личному и групповому снаряжению.	5		2		3		5		2		3		6				6		6			6	
Составление плана похода: постановка задач похода, комплектование группы и распределение обязанностей, определение района похода, сбор сведений о районе похода.	8		2		6		8		2		6		7				6		7			6	
Характеристика туристических мероприятий. Задачи туристских слётов и соревнований.	6		2		4		4		4		4		7				6		7			6	
Организация: судейская коллегия, участники, положение о слёте, условия	6		2		4		4		4		4		6				6		6			6	



проведения.																							
Формы и методы туристской работы в школе: походы выходного дня, степенные и категорийные походы, экскурсии, экспедиции, школьные музеи и выставки, туристские вечера, соревнования, слеты, туристские кружки и секции, профильные лагеря, станции туристов, центры детского и юношеского туризма.	6		2		4		6		2		4		7		1		6		7		1		6
Меры безопасности при проведении туристских мероприятий. Питание в туристическом походе.	8		2		6		8		2		6		6				6		6				6
<b>Итого</b> <i>по содержательному модулю 1</i>	<b>108</b>		<b>36</b>		<b>72</b>		<b>108</b>		<b>34</b>		<b>74</b>		<b>108</b>		<b>6</b>		<b>102</b>		<b>108</b>		<b>6</b>		<b>102</b>

## 5. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЛЕКЦИОННЫХ, ПРАКТИЧЕСКИХ И ЛАБОРАТОРНЫХ ЗАНЯТИЙ

### Темы практических занятий

<i>№</i>	<i>Название темы</i>	<i>Количество часов</i>
1.	Туризм в системе физического воспитания. Прикладное значение туризма.	2
2.	Предмет «Туризм». Роль и место туризма в жизни человека. Основные этапы развития туризма.	2
3.	Понятия «туризм», «турист», «экскурсант», «инфраструктура туризма», «туристская политика».	2
4.	Виды туризма по географии путешествий. Туристские макрорегионы.	2
5.	Теоретическая подготовка в системе туристской подготовки.	2
6.	Краеведческая подготовка в системе туристской подготовки.	2
7.	Психологическая подготовка и общая физическая подготовка в системе туристской подготовки.	2
8.	Специальная физическая подготовка в системе туристской подготовки.	2
9.	Топографическая подготовка в туризме.	2
10.	Техника пешеходного, горного, водного, велосипедного туризма.	2
11.	Организация и проведение походов.	2
12.	Продолжительность и протяженность маршрутов. Преодоление сложных участков (осыпей, скал, снежных склонов, водных порогов).	2
13.	Требования к личному и групповому снаряжению.	2
14.	Составление плана похода: постановка задач похода, комплектование группы и распределение обязанностей, определение района похода, сбор сведений о районе похода.	2
15.	Характеристика туристических мероприятий. Задачи туристских слётов и соревнований.	2
16.	Организация: судейская коллегия, участники, положение о слёте, условия проведения.	2
17.	Формы и методы туристской работы в школе: походы выходного дня, степенные и категорийные походы, экскурсии, экспедиции, школьные музеи и выставки, туристские вечера, соревнования, слеты, туристские кружки и секции, профильные лагеря, станции туристов, центры детского и юношеского туризма.	2
18.	Меры безопасности при проведении туристских мероприятий. Питание в туристическом походе.	2
	<b>ВСЕГО</b>	<b>36</b>

## 6. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Виды самостоятельной работы студентов: выполнение домашних заданий, проработка лекционного материала, составление реферата, разработка топографических

карт, выполнение заданий для СРС, подготовка к практическим занятиям, подготовка к модульному контролю.

## ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

<i>№</i>	<i>Название темы</i>	<i>Количество часов</i>
1.	Туризм в системе физического воспитания.	18
2.	Структура подготовки в туризме.	18
3.	Техника видов туризма.	18
4.	Подготовка и проведение туристических мероприятий.	18
	<b>ВСЕГО</b>	<b>72</b>

### 7. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ НЕ ПРЕДУСМОТРЕНЫ

### 8. КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ К ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Основные исторические этапы развития туризма.
2. Понятие «туризм» и основные признаки туриста.
3. Роль туризма в социально-культурной и политической сфере государства (ДНР).
4. Влияние природных факторов на развитие туризма.
5. Основные критерии классификации туризма.
6. Классификация видов туризма.
7. Школьный туризм. Влияние занятий туризмом на организм школьников.
8. Основные звенья организации и проведения туристско-массовых мероприятий в школе.
9. Туристско-массовые мероприятия, проводимые в школе.
10. Рекреационный вид туризма и его география.
11. Деловой туризм и его география.
12. Спортивный туризм и его географии.
13. Религиозный туризм и его география.
14. Всемирная туристская организация и ее роль в развитии международного туризма.
15. В чем выражается многогранность понятия «туризм»?
16. Место туризма в системе физического воспитания.
17. Понятия самостоятельный туризм и неорганизованный туризм.
18. Какие программно-нормативные документы в спортивно оздоровительном туризме вы знаете?
19. Разработка маршрута путешествия.
20. Основные требования к участникам спортивных походов.
21. Основные требования к руководителю спортивного похода.
22. Права и обязанности руководителя спортивного туристского похода.
23. Права и обязанности участника спортивного туристского похода.
24. Личное и командное туристское снаряжение, используемое в походе.
25. Какие показатели определяют сложность пешеходного похода?
26. Какие соревнования проводят по спортивным походам?
27. Какие соревнования проводят по туристскому многоборью?
28. Какие препятствия можно отнести к технически сложным этапам дистанции?
29. Какие препятствия можно отнести к технически простым этапам дистанции?
30. Какое содержание имеет обще туристская подготовка?
31. Какие составляющие образуют специальную туристскую подготовку?

32. Каково содержание топографической подготовки?
33. Условные топографические знаки на карте.
34. Основные элементы топографии.
35. Каково содержание технической подготовки?
36. Каково содержание тактической подготовки?
37. Каково содержание психологической подготовки?
38. Перечислите туристские узлы.
39. Перечислите туристское снаряжение.

## 9. ОБРАЗЕЦ МОДУЛЬНОГО КОНТРОЛЯ

### ГОУ ВПО «ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Институт физической культуры и спорта

Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Профиль подготовки:	Спортивная тренировка
Программа подготовки:	Академический бакалавриат
Семестр:	I
Учебная дисциплина:	Теория и методика спортивных игр

### МОДУЛЬНОЕ КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА (практическое)

#### ВАРИАНТ №1

1. Составление топографической карты.
2. Права и обязанности участника спортивного туристского похода.
3. Вязание 7 туристских узлов («проводник», «прямой», «проводник-восьмерка», «схватывающий», «встречный», «шкотовый», «грейпвайн») на выбор преподавателя.

Утверждено на заседании кафедрой спортивных игр,  
протокол № \_\_\_\_ от “\_\_” \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

Преподаватель \_\_\_\_\_

#### Критерии оценивания модульного контроля

Номер задания	Количество баллов
Задание 1	5
Задание 2	5
Задание 3	10
Всего	20

## 10. ЭКЗАМЕН НЕ ПРЕДУСМОТРЕН

## 11. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

По курсу предполагается проведение промежуточной аттестации в виде модульного контроля и зачета. Зачет сдают студенты с целью повышения рейтинга.

**Распределение баллов, которые могут получить студенты в процессе изучения дисциплины**

Организационно-учебная работа студента	СРС			Всего
	Индивидуальная работа	Модульный контроль	Индивидуальная творческая работа	
Мах 60 баллов	max 15 баллов	max 15 баллов	max 10 баллов	100 баллов
Посещение занятия – 1 балл. Активность – 1-2 балла. Устный опрос – 1-5 баллов. Письменная работа – 1-10 баллов. Практические задания – 1-10 баллов.	Устный опрос – 1-5 баллов. Письменная работа (составление планов-конспектов, карточек игры, комплексов упражнений) – 1-10 баллов. Реферат – 10 Составление положения туристических мероприятий – 10		Разработка доклада на студенческую научную конференцию	

**Шкала соответствия баллов национальной шкале**

Оценка по шкале ECTS	Оценка по 100-балльной шкале	Оценка по государственной шкале (экзамен, дифференцированный зачет)	Оценка по государственной шкале (зачет)
A	90-100	5 (отлично)	зачтено
B	80- 89	4 (хорошо)	зачтено
C	75 – 79	4 (хорошо)	зачтено
D	70 – 74	3 (удовлетворительно)	зачтено
E	60 – 69	3 (удовлетворительно)	зачтено
FX	35 – 59	2 (неудовлетворительно) с возможностью повторной сдачи	не зачтено
F	0 - 34	2 (неудовлетворительно) с возможностью повторной сдачи при условии обязательного набора дополнительных баллов	не зачтено

## 12. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Учебная аудитория, мультимедийная аппаратура для просмотра учебных видеофильмов, ксерокс для размножения раздаточного материала. Доступ к комплектам библиотечного фонда и методическим материалам.

### 13. РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

№ n/n	Наименование	Кол-во экземпляр ов в библиоте ке ДонНУ (ИФКиС)	Налич ие электр онной версии в ЭБС
<b>Основная литература</b>			
1.	Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование / В.И. Ганопольский. – М.: ФиС, 1987. – 240с.	97	
2.	Вяткин Л.А. и др. Туризм и спортивное ориентирование/ Л.А.Вяткин. М.: Академия, 2001 -208с.	29	
<b>Дополнительная литература</b>			
1.	Бирюков А.В. Спутник туриста/ А.В. Бирюков. – К.: Здоровье, 1991. – 362 с.	16	
2.	Долженко Г.П. Основы туризма / Г.П.Долженко– М.:МарТ, 2009. – 319 с.	1	
3.	Соколова М.В. История туризма / М.В. Соколова. – М.: Мастерство, 2002. – 352 с.	2	
4.	Шаповал Г.Ф.История туризма/ Г.Ф. Шаповал: Экоперспектива, 1999-304с.	3	
5.	Кабушкин Н.И. Менеджмент туризма / Н.И. Кабушкин. – Минск: Новое знание, 2001. – 409 с.	1	
6.	Усыскин Г.С. Очерки истории российского туризма / Г.С. Усыскин. – СПб.: Герда, 2000 – 224с..	1	

### 14. ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ

1. Минспорт.рус
2. <https://www.russiatourism.ru/>
3. <http://mfst.info/>

### 15. ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Windows 7 PRO (корпоративная лицензия ДОННУ № 46484614).
2. MicrosoftOffice (корпоративная лицензия ДОННУ лицензия № 46472919).
3. MicrosoftVisualStudio (лицензия программы DreamSpark для высших учебных заведений).
4. AdobeAcrobatReader, xPDF, R Studio, Scilab (лицензии GPL, Apache, BSD для свободного программного обеспечения).