Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»
Таганрогский институт имени А. П. Чехова (филиал) РГЭУ (РИНХ)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

_____ Петрушенко С. А.

«___» _____ 2025г.

Рабочая программа дисциплины
Туризм

Специальность
49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Форма обучения	очная
Часов по учебному плану	44
в том числе:	
аудиторные занятия	40
самостоятельная работа	0

Таганрог
2025 г.

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	6 (3.2)		Итого	
	10 2/6			
Неделя				
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	20	20	20	20
Практические	20	20	20	20
Итого ауд.	40	40	40	40
Контактная работа	40	40	40	40
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	44	44	44	44

ОСНОВАНИЕ

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (приказ Минобрнауки России от 11.11.2022 г. № 968)

Рабочая программа составлена по образовательной программе
направление 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
программа среднего профессионального образования

Учебный план утвержден учёным советом вуза от 28.01.2025 протокол № 6

Программу составил(и): Ст. преп., Карякин Алексей Алексеевич

Заведующий кафедрой: Кибенко Е.И.

Рассмотрено на заседании кафедры от 06.02.2025 протокол № 7

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	формирование и совершенствование профессионально-педагогических умений и навыков в организации активного отдыха и оздоровления, обучающихся средствами туризма.
-----	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ООП:	ОП.13
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Основы педагогики
2.1.2	История России
2.1.3	Иностранный язык в профессиональной деятельности
2.1.4	Безопасность жизнедеятельности
2.1.5	Основы финансовой грамотности
2.1.6	Основы психологии
2.1.7	Возрастная анатомия, физиология и гигиена
2.1.8	Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности
2.1.9	Математические методы решения профессиональных задач
2.1.10	Анатомия и физиология человека
2.1.11	Основы биомеханики
2.1.12	Теория и история физической культуры и спорта
2.1.13	Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы
2.1.14	Организация спортивно-массовых мероприятий по выполнению требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО
2.1.15	Учебная практика. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности
2.1.16	Учебная практика. Организация и проведение физкультурно-спортивной работы
2.1.17	Производственная практика. Летняя практика
2.1.18	Производственная практика. Организация физкультурной и спортивной деятельности в спортивных школах
2.1.19	Методика обучения предмету «Физическая культура»
2.1.20	Теоретические и методические основы организации внеурочной деятельности по физической культуре
2.1.21	Учебная практика. Пробные уроки
2.1.22	Производственная практика. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам в школе
2.1.23	Гимнастика
2.1.24	Спортивные игры
2.1.25	Подвижные игры
2.1.26	Легкая атлетика
2.1.27	Единоборства
2.1.28	Теоретические и прикладные аспекты методической работы в области физической культуры и спорта
2.1.29	Экзамен по модулю "Модуль 3. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам"
2.1.30	Экзамен по модулю "Модуль 2. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности"
2.1.31	Экзамен по модулю "Модуль 1 Организация и проведение физкультурно-спортивной работы"
2.1.32	Организация деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта
2.1.33	Основы антидопингового обеспечения
2.1.34	История олимпийского движения
2.1.35	Физкультурно-спортивные сооружения
2.1.36	Профилактика травматизма в спортивной деятельности
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Знать
<p>историю и этапы развития туризма; спортивную терминологию; технику профессионально значимых двигательных действий в туризме - содержание, формы организации и методику проведения занятий по туризму в школе; - методику обучения туристским двигательным действиям; - особенности и методику развития физических качеств в туризме; - особенности организации и проведения соревнований; - основы судейства по туризму; - разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации; - технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.</p>
3.2 Уметь
<p>- планировать, проводить и анализировать занятия по туризму; - выполнять профессионально значимые двигательные действия; - использовать спортивную терминологию; - применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений; - обучать туристским двигательным действиям; - подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря; - использовать оборудование и инвентарь для занятий по туризму в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.</p>
3.3 Владеть
<p>- навыками творческого обобщения полученных знаний, конкретного и объективного изложения своих знаний в письменной и устной формах в области туризма. - навыками решения учебно-воспитательных задач в спортивном туризме. - применять полученные знания, умения и навыки на практике. - применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий по туризму; - определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развития физических качеств и находить методику их устранения на занятиях по туризму.</p>

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1. Основы туристской подготовки.					
1.1	Тема 1. 1. Введение. Туризм в системе физического воспитания. Место и роль учебной дисциплины «Туризм» в системе профессиональной подготовки учителя физической культуры. Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности, приобретения трудовых и прикладных навыков. История и этапы развития туризма в России и его организации. Виды туризма и их характеристика. Роль туристских походов, путешествий. /Лек/	6	2			

1.2	Тема 1. 2. Личное и групповое снаряжение. Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для различных походов, требования к нему. Правила размещения предметов в рюкзаке, подготовка личного снаряжения к походу. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Хозяйственный набор. Ремонтный набор. Специальное снаряжение. /Лек/	6	2			
1.3	Подготовка снаряжения и укладка рюкзаков. 2 Работа со снаряжением, уход за ним и ремонт. /Пр/	6	2			
1.4	Комплектование личного и группового снаряжения. Подготовка личного снаряжения. /Пр/	6	2			
1.5	Тема 1. 3. Организация и подготовка похода и путешествий. Определение цели и района похода. Комплектование группы. Распределение обязанностей в группе. Составление плана похода. Изучение района похода. Разработка маршрута, составление плана – графика движения. Составление сметы похода. Организация питания. Оформление документов, подведение итогов похода /Лек/	6	2			
1.6	Тема 1.4. Организация и проведение похода и путешествия. Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий. Выбор места для бивака. Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря, планирование лагеря (выбор места для палаток и костра). Уход за одеждой. Режим дня туристов в походе. Типы костров. Правила разведения костра, меры безопасности при обращении с огнем. Установка палаток. Правила поведения в палатке. /Лек/	6	2			
1.7	Выбор мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развешивание и свертывание лагеря (бивака), разжигание костра. Установка палаток в различных условиях Разжигание различных виды костров. /Пр/	6	6			

1.8	Тема 1. 5. Питание в туристическом походе. Значение правильного питания. Организация питания в походах выходного дня и многодневных. 2 Составление меню, списки продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи на костре. /Лек/	6	2			
1.9	Составление меню, списки продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. /Пр/	6	4			
1.10	Тема 1. 6. Техника и тактика движения в походе. Правила движения в походе. Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп, обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам. Преодоление препятствий. Правила ходьбы в горах. /Лек/	6	2			
1.11	Отработка техники движения по тропам, по пересеченной местности, преодоления препятствий. Соблюдение режима движения. Методика обучения вязание узлов. Наведение страховочных перил. /Пр/	6	2			
	Раздел 2. Раздел 2. Топография и ориентирование					
2.1	Тема 2.1. Топографическая и спортивная карта. Топографическая карта. Масштаб, виды масштабов. Свойства карт. Определение точек координат на карте. Назначение спортивной карты. Способы и правила копирования карт. Чтение карт. Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях. Условные знаки. Типичные формы рельефа и изображение на карте . Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба. Измерение расстояния карте. Работа с топографическими картами. Изучение на местности изображения местных предметов. /Лек/	6	2			

2.2	<p>Тема 2. 2. Ориентирование на местности. Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров. Чтение карты. Способы определения точек, стоящих на карте (привязки). Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий с использованием солнца и тени. Туристское ориентирование, движение по обозначенному маршруту. Отдельные виды ориентирования в программе туристских слетов и соревнований. /Лек/</p>	6	2			
2.3	<p>Тема 2. 3. Компас, работа с ним. Измерение расстояний. Способы измерения расстояний на местности и на карте. Величина среднего шага, его измерение. Использование нитки. Таблица перевода шага в метры. Определение расстояния по времени движения. Компас, его типы, устройство. Ориентирование. Движение по азимуту, его применение. Глазомерный способ измерения расстояния. /Лек/</p>	6	2			
2.4	<p>Тема 2.4. Организация и проведение туристических соревнований и слетов. Организация слетов, судейская коллегия, участники, условия проведения и выбор места проведения. Положение о слете и соревнованиях. Размещение участников и судей, оборудование места соревнований. Правила организации и проведения туристических соревнований с учащимися Российской Федерации. Виды туристического соревнования и особенности их проведения. Понятие о дистанции и этапах. Подготовка инвентаря и снаряжения для соревнований. /Лек/</p>	6	2			
2.5	<p>Формы массовой туристкой работы. Туристические кружки и секции в школе – основная форма по подготовке туристского актива. Походы, путешествия, экскурсии, слеты-соревнования, туристские вечера – формы массовой работы в школе. Особенности организации форм работы /Пр/</p>	6	2			

2.6	Походная медицинская аптечка, использование лекарственных трав. Оказание первой доврачебной помощи. Травмы, заболевания в походе. Профилактика травматизма и заболеваний в походе. Помощь при различных травмах. Непрямой массаж сердца. Простудные заболевания. Укусы насекомых. Пищевые отравления и желудочные заболевания. /Пр/	6	2			
2.7	Контроль образовательной деятельности студентов в форме зачета /Зачёт/	6	4			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Вопросы к зачету

1. В чем заключается организация проведения соревнований.
2. Влияние занятия туризмом на организм занимающегося.
3. Движение по ледовому склону и скалам.
4. Действия участников при преодолении водной преграды различными способами.
5. Измерение расстояния по карте и на местности.
6. Календарный план соревнований по туризму.
7. Компас и способы работы с ним.
8. Комплектование туристской группы и их обязанности.
9. Методы контроля за состоянием организма спортсмена во время тренировочного процесса.
10. Назовите, что входит в бивачные работы.
11. Обязанности членов главной судейской коллегии (ГСК).
12. Описание местности по карте.
13. Определение масштаба карты.
14. Определение расстояния по карте.
15. Определение сложности дистанции.
16. Определение сторон горизонта по местным предметам.
17. Определение сторон горизонта по небесным светилам.
18. Организация и преодоление отдельных препятствий в туристском многоборье.
19. Организация и проведение соревнования по пешеходному туризму.
20. Организация ночлега в лыжном походе.
21. Организация питания на туристском маршруте.
22. Организация секции по туризму с детьми.
23. Ориентирование карты и определение своего точки стояния.
24. Ориентирование на местности по компасу.
25. Основные правила поведения на природе в туристском походе.
26. Основные разделы спортивной тренировки туриста.
27. Особенности выбора и подготовки снаряжения в туристических походах.
28. Особенности организации и проведения работ по туризму в школе .
29. Особенности организации питания в лыжном походе.
30. Особенности организации соревнований на контрольно-туристическом маршруте.
31. Особенности передвижения по снежному склону.
32. Особенности пешего туризма.
33. Отличия спортивной карты от топографической карты.
34. Разработка "Положения" о соревнованиях.
35. Разработка "Условия" дистанция.
36. Разработка маршрута движения походной группы.
37. Разработка плана местности.
38. Расчет абсолютной высоты точки местности.
39. Связь курса " Туризм" с другими предметами школьного цикла.
40. Составление сметы похода.
41. Составьте план подготовки туристского похода.
42. Составьте положение о зимних (летних) соревнованиях по туризму для школьников.
43. Составьте программу летних соревнований по туризму.

44. Способы измерения расстояний до определенного предмета.
45. Способы изображения рельефа.
46. Технология подведения личных и командных результатов соревнований.
47. Топографическая карта. Масштаб карты.
48. Требования к месту проведения соревнований.
49. Туризм в системе воспитания школьников.
50. Туристские узлы и их назначение.
51. Туристское снаряжение.
52. Узлы на соревнованиях по туристскому многоборью.
53. Условные топографические знаки.
54. Факторы, влияющие на спортивную подготовку туриста.
55. Формы туристской работы с младшими школьниками.
56. Характеристика степенных и категорийных походов.
57. Характеристика условных топографических знаков.
58. Характеристика участка рельефа по карте.
59. Цели и задачи походов.

Критерии оценивания:

Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация осуществляется в рамках накопительной балльно-рейтинговой системы в 100-балльной шкале:

– «зачтено» (50-100 баллов) выставляется студенту, обнаружившему знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справляющемуся с выполнением заданий, предусмотренных программой;

– «не зачтено» (0-49 баллов) выставляется студенту, обнаружившему существенные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, давшему ответ, который не соответствует вопросу.

5.2. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля

Представлен в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.3. Перечень программного обеспечения

6.4 Перечень информационных справочных систем

6.4.1	технические средства обучения:
6.4.2	- компьютер с лицензионным программным обеспечением
6.4.3	- мультимедиапроектор, экран.
6.4.4	Информационное обеспечение основывается как на традиционных (библиотечных и
6.4.5	издательских), так и на новых телекоммуникационных технологиях, что соответствует
6.4.6	требованиям ФГОС.
6.4.7	Реализация РПД обеспечивается доступом каждого обучающегося к базам данных и
6.4.8	библиотечным фондам, формируемым по полному перечню дисциплин (модулей) ППССЗ.. Во
6.4.9	время самостоятельной подготовки обучающиеся обеспечены доступом к сети Интернет.

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Помещения для проведения всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения.
7.2	Помещения для проведения всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения.
7.3	Помещения для проведения всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения.
7.4	Помещения для проведения всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения.
7.5	Помещения для проведения всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения.
7.6	Помещения для проведения всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения.
7.7	Помещения для проведения всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения.

7.8	Помещения для проведения всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения.
7.9	Помещения для проведения всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины.