Учреждение образования
«Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины»

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе
УО «ГГУ им. Ф. Скорины»

_____ И.В. Семченко
(подпись)

_____
(дата утверждения)
Регистрационный № УД-_____/р.

ТУРИЗМ

Учебная программа для специальности
1-03 02 01 Физическая культура

Факультет физической культуры

Кафедра легкой атлетики и лыжного спорта

Курс (курсы) 2

Семестр (семестры) 4

Лекции **14** часов

Практические (семинарские) занятия **40** часов

Всего аудиторных часов по дисциплине **54** часа

Всего часов по дисциплине **86** часов

Экзамен нет

Зачет 4 семестр

Курсовой проект (работа) нет

Форма получения высшего образования дневная

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф.СКОРИНЫ

Составил А.Е. Причинич, старший преподаватель

2010

Учебная программа составлена на основе базовой учебной программы, утвержденной _____ _____ 2010 г.,
регистрационный номер _____ _____/_____

Рассмотрена и рекомендована к утверждению в качестве рабочего варианта на заседании кафедры **легкой атлетики и лыжного спорта**

___ _____ 2010 г., протокол № __

Заведующий кафедрой

доцент _____ М.В. Коняхин

Одобрена и рекомендована к утверждению
Методическим советом факультета **физической культуры**

___ _____ 2010 г., протокол № __

Председатель

доцент _____ А.Е. Бондаренко

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф.СКОРИНЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Туризм – одно из важных средств активного отдыха. Путешествуя по родной стране, знакомишься с природными богатствами, историческими и культурными, местами трудовой и боевой славы нашего народа.

Правильно организованно и хорошо проведенное путешествие укрепляет здоровье человека, закаляет организм, развивает силу, ловкость, выносливость, способствует повышению трудовой активности.

Оно воспитывает чувство коллективизма, любовь к природе, расширяет кругозор туристов и духовно обогащает их.

Целью дисциплины является овладение формами, методами и методическими приемами туризма. Овладение программно-нормативными основами туризма в Республике Беларусь Классификация видов туризма. Структура, содержание разделов, этапы туристической подготовки. Организация и проведение туристических походов, слетов соревнований с различным контингентом населения. Обеспечение безопасности и оказания первой доврачебной помощи в туристском походе

Задачами дисциплины являются:

- ознакомление студентов с навыками необходимыми при обучении, тренировке и судействе соревнований по туризму в общеобразовательной школе, ПТУ, техникуме и вузе;
- условие специальных знаний организации и ведения физкультурно–оздоровительной работы с лицами разного пола, возраста и разным уровнем подготовленности;
- овладение студентами техническими приемами элементов туризма;
- совершенствовать физическую подготовленность студентов, ознакомить их с методикой тренировки, подготовить к сдаче нормативов;
- научить студентов разрабатывать методическую документацию, вести учет и отчетность при проведении учебно–тренировочного процесса.

Выпускник должен

знать:

- функции туризма и структуру туристской деятельности;
- основы топографии и приемы ориентирования на маршрутах туристских

походов;

- принципы планирования и разработки маршрутов туристских походов;
- жизнеобеспечение участников туристских походов;
- организацию и методику проведения туристских походов;
- правила соревнований по туристско-прикладному многоборью;

уметь:

- анализировать спортивно-туристские маршруты по их параметрам и технической сложности;

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф.СКОРИНЫ

- преодолевать естественные препятствия со страховкой и самостраховкой;

- работать с картой и компасом (определять масштаб карты, читать карту, определять направление и измерять направление);

- разрабатывать маршруты туристских походов для различных контингентов населения;

- планировать дистанции и этапы соревнований по туристско-прикладному многоборью.

- выполнять транспортировку пострадавшего в туристском походе.

Дисциплина обязательного компонента «Туризм» изучается студентами 2 курса специальности 1-03 02 01 «Физическая культура».

Общее количество часов - 86; аудиторное количество часов -54; из них: лекции - 14 , практические занятия – 40, туристический поход 6 дней. Форма отчетности – 4 семестр зачет.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф.СКОРИНЫ

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Тема 1 Функции туризма и структура туристической деятельности

Туризм как вид познавательной и спортивной деятельности. Графическое представление системно-функциональной модели организации туристской деятельности. Формы организации туристской деятельности.

Тема 2 Основы топографии и приёмы ориентирования на маршрутах туристских походов

Содержание топографической подготовки и техника ориентирования в походе. Работа с картой и компасом. Ориентирование без карты и компаса. Определять масштаб карты, читать карту, определять направление и измерять направление.

Тема 3 Принципы планирования и разработка маршрутов туристических походов

Подготовка маршрутных документов и их утверждение. График движения и расчёт дневных переходов и днёвок.

Тема 4 Жизнеобеспечение участников туристских походов

Подбор снаряжения личного, общественного и бивуачного. Составление рационов питания, медицинской аптечки, ремонтного набора.

Тема 5 Организация и проведение туристских походов

Цель походов. Комплектование группы. Распределение обязанностей. Туристические походы спортивные, учебно-спортивные, оздоровительные.

Тема 6 Правила соревнований по туристско-прикладному многоборью

Классификация спортивных туристских походов. Туристско-прикладное многоборье как вид спорта. Содержание соревнований и классификация дистанций.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф.СКОРИНЫ

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Всего часов	Количество аудиторных Часов				Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	Литература	Формы контроля знаний
			лекции	практические (семинарские) занятия	лабораторные занятия	СУРС			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	2 курс 4 семестр								
1	**Функции туризма и структура туристической деятельности**	**6**	**2**	**4**	**-**	**-**	**-**	**-**	
	1.Туризм как вид познавательной и спортивной деятельности. 2.Формы организации туристской деятельности. 3.Графическое представление системно-функциональной модели организации туристской деятельности.							**[1-3]**	
2	**Основы топографии и приёмы ориентирования на маршрутах туристских походов**	**12**	**4**	**8**	**-**	**-**	**-**	**-**	**-**
	1.Содержание топографической подготовки и техника ориентирования в походе. 2. Работа с картой и компасом. 3.Ориентирование без карты и компаса.	**-**	**-**	**-**	**-**	**-**	**-**	**[1-3]**	**-**
3	**Принципы планирования и**	**8**	**2**	**6**	**-**	**-**	**-**	**-**	**-**

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ

	разработка маршрутов туристических походов								
	1.Подготовка маршрутных документов и их утверждение. 2.График движения и расчёт дневных переходов и днёвок.							**[1-3]**	
4	**Жизнеобеспечение участников туристских походов**	**8**	**2**	**6**	**-**	**-**	**-**	**-**	**-**
	1.Подбор снаряжения личного, общественного и бивуачного. 2.Составление рационов питания, медицинской аптечки, ремонтного набора. 3.Оказание первой помощи при травмах и внезапных заболеваниях.							**[1-3]**	
5	**Организация и проведение туристских походов**	**10**	**2**	**8**	**-**	**-**	**-**	**-**	**-**
	1. Цель походов. 2. Комплектование группы. 3. Распределение обязанностей. 4. Туристические походы спортивные, учебно-спортивные, оздоровительные.							**[1-3]**	
6	**Правила соревнований по туристско-прикладному многоборью**	**10**	**2**	**8**	**-**	**-**	**-**	**-**	**-**
	1.Классификация спортивных туристских походов. 2.Туристско-прикладное многоборье как вид спорта. 3.Содержание соревнований и классификация дистанций.								
2.1	1.Карты и схемы. 2.Масштаб.	**2**	**-**	**2**	**-**	**-**	Спортивный инвентарь		**-**

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф.СКОРИНЫ

	3.Чтение карты.								
2.2	1.Приёмы ориентирования. 2.Работа с картой и компасом. 3.Ориентирование без карты и компаса.	**4**	**-**	**4**	**-**	**-**	**-**	**-**	
3.1	1.Подготовка маршрутных документов. 2.Разработка маршрута. 3.График движения и расчёт дневных переходов и днёвок.	**2**	**-**	**2**	**-**	**-**	**-**	**-**	**-**
4.1	1.Подбор снаряжения личного, общественного и бивуачного. 2.Составление рационов питания, медицинской аптечки, ремонтного набора. 3.Организация ночлега.	**2**	**-**	**2**	**-**	**-**	Спортивный инвентарь	**-**	**-**
4.2	1.Приготовление пищи на костре. 2.Место для костра. 3.Разжигание костра.	**2**	**-**	**2**	**-**	**-**	Спортивный инвентарь	**-**	**-**
4.3	1.Установка и оборудование палаток. 2.Простейшие укрытия. 3.Оказание первой помощи при травмах и внезапных заболеваниях, транспортировка пострадавшего в туристском походе.	**4**	**-**	**4**	**-**	**-**	Спортивный инвентарь	**-**	**-**
5.1	1.Анализ спортивно-туристского маршрута по их параметрам и технической сложности. 2.Порядок движения на маршруте. 3.Преодоление естественные препятствия со страховкой и самостраховкой.	**4**	**-**	**4**	**-**	**-**	Спортивный инвентарь		**-**
6.1	1.Спортивная подготовка туриста. 2.Специальная и техническая подготовка. 3.Общая и психологическая подготовка.	**4**	**-**	**4**	**-**	**-**	**-**	**-**	**-**

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф.СКОРИНЫ

6.2	1.Содержание соревнований и классификация дистанций. 2.Учебные соревнования по туристской технике. 3.Соревнования по туристско-прикладному многоборью.	**6**	**-**	**6**	**-**	**-**	**-**	**-**	**-**
6.3	1.Туристский слёт. 2.Спортивная, конкурсная программа. 3.Подведение итогов соревнований и конкурсов.	**6**	**-**	**6**	**-**	**-**	Спортивный инвентарь	**-**	**-**
	Всего за 4 семестр	**54**	**14**	**40**	**-**	**-**	**-**	**-**	**-**
	Всего за курс	**54**	**14**	**40**	**-**	**-**	**-**	**-**	**-**
	Всего по дисциплине	**90**	**14**	**76**	**-**	**-**	**-**	**-**	**-**

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф.СКОРИНЫ

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Примерный перечень практических занятий

1. Содержание топографической подготовки и техника ориентирования в поход
2. Работа с картой и компасом.
3. Ориентирование без карты и компаса.
4. Подбор снаряжения личного, общественного и бивуачного.
5. Составление рационов питания, медицинской аптечки, ремонтного набора.
6. Организацтя ночлега.
7. Установка и оборудование палаток.
8. Оказание первой помощи при травмах и внезапных заболеваниях, транспортировка пострадавшего в туристском походе.
9. .Преодоление естественные препятствия со страховкой и самостраховкой.

Примерный перечень семинаров

10. Туризм как вид познавательной и спортивной деятельности.
11. Формы организации туристской деятельности.
12. Графическое представление системно-функциональной модели организации туристской деятельности.

Рекомендуемая литература

Основная

1. Бардин, К.В. Азбука туризма: (о технике пешеходных путешествий). Пособие для учителей, руководителей туристических походов со школьниками / К.В. Бардин. – 2-е изд., испр. и доп.- М.: Просвещение, 1981 – 205 с., ил.

2. Астафьев. В.И. Влесу и в поле – как дома: в помощь начинающим туристам /В.И. Астафьев. – Мн: Полымя, 1981 – 145 с.,ил.

3.Ганапольский, В.И. Туризм в комплексе ГТО (начальное обучение туриста) / В.И. Ганопольский. – Мн: Беларусь, 1981 – 62 с.

Дополнительная

1.Ганопольский, В.И. Уроки туризма: Пособие для учителей / В.И. Ганопольсуий. – Мн: НМЦентр, 1985 – 216 с.

2.Зубович, С.Ф. Первые шаги в ортентировании: В помощь начинающим спортсменам / С.Ф. Зубович. – 2-е изд., перерб. И доп. – Мн:: Полымя, 1990 – 144 с., ил.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ

ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ
ПО ИЗУЧАЕМОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
С ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ СПЕЦИАЛЬНОСТИ

Название дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы по изучаемой учебной дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)
	Кафедра легкой атлетики и лыжного спорта		Рекомендовать к утверждению учебную программу в представленном варианте протокол № ___ от ___.___.200__
	Кафедра легкой атлетики и лыжного спорта		Рекомендовать к утверждению учебную программу в представленном варианте протокол № ___ от ___.___.200__

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф.СКОРИНЫ

ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ
ПО ИЗУЧАЕМОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
на _____/_____ учебный год

№№ пп	Дополнения и изменения	Основание

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры
легкой атлетики и лыжного спорта
(протокол № ____ от _____ 2010 г.)

Заведующий кафедрой

легкой атлетики и лыжного спорта
к.п.н., доцент _____ М.В. Коняхин

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета физической культуры УО «ГГУ им. Ф. Скорины»
профессор _____ Г.И. Нарскин

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф.СКОРИНЫ

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф.СКОРИНЫ