

АННОТАЦИЯ

**рабочей программы дисциплины
«Основы спортивно-оздоровительного туризма»
49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм
направленность (профиль) подготовки - «Рекреационно-оздоровительная
деятельность»**

Цель изучения дисциплины	<p>Цель изучения дисциплины – приобщить студентов к здоровому образу жизни, культурно-историческим и экологическим ценностям туризма. Воспитать у студентов чувство гражданской и профессиональной ответственности за охрану окружающей среды и обеспечения безопасности участников туристских мероприятий.</p> <p>Для достижения цели ставятся задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сформировать у студентов базовые теоретические знания и практические умения проведения рекреационно-оздоровительной деятельности с населением средствами и методами спортивно-оздоровительного туризма; - сформировать базовые практические и организационно-методические умения проведения туристско-оздоровительной работы с различными возрастно-половыми группами населения. - сформировать у студентов основные профессионально-педагогические умения и навыки самостоятельного использования техники туристских тренировочных упражнений, их умелого использования во время оказания населению рекреационно-оздоровительных и туристских услуг. - сформировать у студентов знания о формах, методах и закономерностях использования спортивно-оздоровительного туризма в целях укрепления физического состояния человека, а также о воспитательно-образовательном его потенциале и прикладной роли. 	
Место дисциплины в учебном плане	Б1.О.13	
Общая трудоемкость дисциплины з.е/ часов	4/144	
Семестр	6	
Формируемые компетенции	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>УК-7.1 выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности</p> <p>УК-7.2 планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p> <p>УК-7.3 соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях в профессиональной деятельности</p>
	ОПК-2. Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные	ОПК-2.1. ОПК-2.1. Осуществляет профессиональную физкультурно-спортивную и рекреационную

	мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	деятельность в соответствии со стандартами дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования. ОПК-2.2. Анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки. Организует и осуществляет контроль и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся.
	ОПК-3. Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью	ОПК-3.1. Знает основные критерии выбора наиболее эффективных методов обучения лиц различного пола и возраста с использованием специальных знаний и обучения, используемых в физической культуре, рекреации и туризме ОПК-3.2. Планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по обучению двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью
	ОПК-4. Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения	ОПК-4.1. Проектирует и реализует воспитательные программы, направленные на воспитание у обучающихся социально-значимых личностных качеств. ОПК-4.2. Проектирует ситуации и события, способствующие профилактике негативного социального поведения.
	ОПК-13. Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий	ОПК-13.1. Организует и проводит рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, осуществляет объективное судейство соревнований. ОПК-13.2. Разрешает спортивные споры при проведении мероприятий, обеспечивает безопасность и медицинское сопровождение
	ОПК-15. Способен осуществлять материально техническое сопровождение рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий	ОПК - 15.1. Анализирует материально-техническую и финансовую сторону рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий; выявляет способы сотрудничества ответственных групп при организации рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий для эффективного профессионального взаимодействия с участниками спортивно-массовых мероприятий. ОПК - 15.2. Составляет основные

	<p>документы, необходимые для материально-технического оснащения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения данных мероприятий</p>
<p>Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - цели и задачи педагогического процесса спортивной, рекреационно-оздоровительной, туристско-краеведческой, рекреационно-досуговой и рекреационно-реабилитационной деятельности; - основные понятия, нормативно-правовую и организационно-методическую основу спортивно-оздоровительного туризма; - перспективы и основные направления развития спортивно-оздоровительного туризма; - основные виды, формы и содержание спортивно-оздоровительного туризма. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать на практике средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью, контролировать эффективность выполнения приемов обучения двигательным действиям; - разрабатывать и использовать приемы совершенствования двигательных действий; - отбирать адекватные поставленным задачам средства и методы учебно-тренировочной, туристско-образовательной, рекреационно-досуговой и рекреационно-реабилитационной деятельности с учетом этнокультурных и социально демографических факторов; - определять величину нагрузок, адекватную психофизическим возможностям индивида в различных климатогеографических условиях мест проведения занятий и мероприятий по циклам различной продолжительности; - организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия в учреждениях образовательного, культурно-досугового, санаторно-курортного, рекреационно-оздоровительного и туристско-краеведческого профиля; - конструировать циклы оздоровительно-рекреационного обслуживания различных социально-демографических групп населения и туристов; - планировать и организовывать деятельность населения по применению различных ценностей и средств туризма и краеведения, рекреации и реабилитации в целях укрепления здоровья и социальной адаптации личности; - разрабатывать программы, режимы занятий по спортивно-оздоровительному туризму, двигательной рекреации и реабилитации населения, подбора соответствующих средств и методов их реализации по циклам занятий различной продолжительности. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - инновационными технологиями туристских и рекреационно-оздоровительных услуг во всех типах учебных заведений, в туристско-рекреационных и санаторно-курортных учреждениях; - приемами туристской техники и тактики; - приемами формирования устойчивой мотивации на профессиональную деятельность личности, ее профессиональный рост и развитие; - методами организации и обеспечения контроля качества оказываемых туристско-рекреационных услуг.
<p>Содержание дисциплины</p>	<p>Основные понятия туризма. Становление и развитие туризма. Значение СОР в современном обществе. Познавательная, оздоровительная и воспитательная роль спортивно-оздоровительного туризма. Оздоровительный и курортный</p>

	туризм. Религиозный туризм. Образовательный и деловой туризм. Содержание и формы спортивного туризма. Индустрия спортивно-оздоровительного туризма. Структура управления СОТ. Основы туристского законодательства. Туристское право. Менеджмент и экономика туристской деятельности. Основы туристической подготовки и тренировки. Техника, тактика и психология туризма. Основные требования и принципы организации и проведения спортивных походов. Технология организации подготовки и проведения спортивных походов и путешествий. Стратегия и тактика спортивного похода. Топография и ориентирование на местности. Питание в туристском походе. Туристское снаряжение в спортивном походе. Техника преодоления препятствий. Техника бивачных работ. Привалы и ночлеги. Организация слетов и соревнований по туризму. Обеспечение безопасности. Оказание первой доврачебной медицинской помощи. Анализ несчастных случаев в туризме
Виды учебной работы	Лекции, практические, тесты, самостоятельная работа.
Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	
<p style="text-align: center;">а) основная литература</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Караулова, Л. К. Физиология физкультурно-оздоровительной деятельности : учебник / Л.К. Караулова. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 336 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/23930. - ISBN 978-5-16-012250-2. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1247150 (дата обращения: 29.05.2022). – Режим доступа: по подписке. 2. Физиологические основы здоровья : учебное пособие / Н.П. Абаскалова, Р.И. Айзман, Е.Н. Боровец [и др.] ; отв. ред. Р.И. Айзман. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 351 с. + Доп. материалы [Электронный ресурс]. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-015639-2. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1685057 (дата обращения: 29.05.2022). – Режим доступа: по подписке. 3. Туризм : словарь / под ред. д-ра экон. наук, проф. М.А. Морозова. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 300 с. — (Библиотека словарей ИНФРА-М). — DOI 10.12737/987201. - ISBN 978-5-16-014476-4. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1855508 (дата обращения: 29.05.2022). – Режим доступа: по подписке. 4. Иванова Н.В. Спортивно-оздоровительный туризм: учебное пособие для бакалавров / Иванова Н.В. — Москва: Дашков и К, Ай Пи Эр Медиа, 2014. — 256 с. — ISBN 978-5-394-02435-1. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: 5. 6. Масленникова, И. С. Безопасность жизнедеятельности : учебник / И.С. Масленникова, О.Н. Еронько. — 4-е изд., перераб. — М. : ИНФРА-М, 2018. — 304 с. + Доп. материалы [Электронный ресурс; Режим доступа http://new.znanium.com].— (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-006581-6. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/952101 – Режим доступа: по подписке. 	
<p style="text-align: center;">б) дополнительная учебная литература</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бойко В.В. Спортивно-оздоровительный туризм. Тесты: учебно-методическое пособие / Бойко В.В. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2020. — 133 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: 2. 8.Кравчук Т.А. Теория и методика спортивно-оздоровительного туризма. Часть II: учебное пособие / Кравчук Т.А., Зданович И.А., Агальцов В.Н. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2009. — 136 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: 3. 5.Мельников, Д. А. Автономное выживание человека в природной 4. среде: учебное пособие / Д. А. Мельников. — Чайковский: ЧГИФК, 2017. — 80 с. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: 	

Форма промежуточной аттестации	6 семестр - зачет.
--------------------------------	--------------------