

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение
Свердловской области «Нижнетагильский педагогический колледж №2»
(ГАПОУ СО «НТПК №2»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП. 08 Туризм

в составе основной профессиональной образовательной программы (ОПОП)
по подготовке специалистов среднего звена
по специальности 49.02.01 Физическая культура

Нижний Тагил
2021г.

Рабочая программа учебной дисциплины «Туризм» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура (углубленная подготовка), утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1355 от 27.10.2014, зарегистрированного Министерством юстиции России, (регистрационный № 34956 от 27.11.2014 г.). Укрупненная группа профессий ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ.

Организация-разработчик: ГАПОУ СО «Нижнетагильский педагогический колледж №2»

Разработчик:

Перезолов Алексей Евгеньевич, преподаватель, высшая квалификационная категория.

РАССМОТРЕНА И РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ

на заседании предметно-цикловой комиссии

по подготовке учителей физической культуры

(Протокол № 11/21 от 30 августа 2021 г.)

Председатель ПЦК  /Перезолов А.Е. /

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

_____ ОП 08. Туризм _____
название дисциплины

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности (специальностям) СПО 49.02.01 Физическая культура.

Программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (профессиональная переподготовка и курсы повышения квалификации) для учителей физической культуры, а также для профессиональной подготовки по очно-заочной, заочной формам и в форме экстерната по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Программа учебной дисциплины принадлежит к учебному циклу ОП.08. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- планировать, проводить и анализировать занятия по туризму;
- выполнять профессионально значимые туристические действия;
- использовать терминологию туризма;
- применять приемы страховки и самостраховки при занятиях туризмом;
- обучать технике туризма;
- подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт туристического снаряжения;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий туризмом в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать**:

- историю и этапы развития туризма;
- терминологию туризма;
- технику туризма;
- содержание, формы организации и методику проведения занятий по туризму в школе;

- методику обучения туризму;
- особенности и методику развития физических качеств в туризме;
- основы судейства соревнований по туризму;
- разновидности оборудования и инвентаря для занятий туризмом, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к туристическому оборудованию и инвентарю.

В процессе изучения учебной дисциплины у обучающихся формируются **компетенции**.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе образовательного стандарта и примерных программ с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 57 часа, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 38 часов;
- самостоятельной работы обучающегося 19 часов.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	<i>57</i>
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	<i>38</i>
в том числе:	
лабораторные занятия	-
практические занятия	<i>8</i>
контрольные работы	<i>10</i>
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено)</i>	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	<i>19</i>
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	-
домашняя работа	<i>19</i>
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины «Туризм»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Тема 1. Туризм в системе физического воспитания.	Содержание учебного материала Сущность туризма и его значение в физическом воспитании. История и этапы развития туризма. Терминология туризма. Роль туризма как средства всестороннего развития личности. Характеристика основных видов и форм туризма. Спортивный и спортивно-массовый туризм.	2	1
	Самостоятельная работа обучающихся Изучение туристских возможностей родного края.	2	
Тема 2. Организация и проведение туристских походов со школьниками.	Содержание учебного материала Нормативная основа организации путешествий с учащимися. Планирование похода. Цели и задачи организации походов со школьниками. Особенности подготовки и проведения походов выходного дня. Разработка маршрутов. Режим дня и нагрузок в походах. Комплектование группы с учетом возраста, физической подготовленности, туристского опыта участников. Распределение обязанностей в группе. Права и обязанности туристской группы (руководителя, заместителя, участников), администрации учреждения, проводящего туристское путешествие. Маршрутная документация.	4	2,3
	Самостоятельная работа обучающихся Планирование маршрута для организации похода выходного дня со школьниками.	4	
Тема 3. Организация питания в туристском походе.	Содержание учебного материала Режим и рацион питания. Продукты питания в туристских походах. Водно-солевой баланс. Изучение норм продуктов для туристских походов. Транспортировка, учет продуктов на маршруте. Посуда для приготовления пищи, костровые приспособления. Типы костров, правила безопасности.	2	2
	Контрольная работа Составление меню, расчет количества продуктов.	2	
Тема 4. Снаряжение для	Содержание учебного материала	2	2

туристских походов.	Разновидности оборудования и инвентаря для занятий туризмом, особенности их эксплуатации. Требования к туристическому оборудованию и инвентарю. Групповое, личное и специальное снаряжение. Подбор, хранение, мелкий ремонт туристического снаряжения. Эксплуатация снаряжения, уход за ним, хранение. Ознакомление с групповым, специальным и личным снаряжением. Выбор места для установки палатки.		
	Практическое занятие Технология сборки байдарки	2	
	Практическое занятие Технология сборки катамарана	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Составить список снаряжения для четырехдневного похода.	2	
Тема 5. Обеспечение безопасности при проведении туристских походов.	Содержание учебного материала Техника безопасности. Основные факторы обеспечения безопасности. Причины возникновения аварийных и чрезвычайных ситуаций. Значение туристского опыта в обеспечении безопасности. Роль психологической подготовки. Действия руководителя.	2	2
Тема 6. Массовые мероприятия и соревнования по туризму.	Содержание учебного материала Планирование, организация и проведение туристской работы в образовательном учреждении. Основы судейства соревнований по туризму. Типы соревнований по видам туризма и ориентированию. Положение о соревнованиях. Организация и порядок проведения соревнований по туристской технике и спортивному ориентированию. Туристские слеты со школьниками.	2	2,3
	Самостоятельная работа обучающихся Планирование содержания соревнований по туризму «Туристская полоса препятствий», «Туристская эстафета»	3	
Тема 7. Топографическая подготовка туристов.	Содержание учебного материала Ознакомление с формами рельефа, с изображением их на топографических картах с помощью условных знаков. Чтение топографической карты. Ориентирование топографической карты по сторонам горизонта с помощью компаса. Правила пользования компасом. Работа с компасом и картой на местности. Азимут, движение по азимуту.	2	2
	Практические занятия	2	

	Техника ориентирования на местности с картой и компасом. Основы методики обучения.		
	Контрольная работа Определение азимута на карте и местности	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Изучение топографических знаков	2	
Тема 8. Техника преодоления естественных препятствий.	Содержание учебного материала Естественные препятствия. Организация переправ. Движение по крутому склону. Движение по болоту. Приемы страховки и само страховки при занятиях туризмом.	2	2
	Практические занятия Техника преодоления естественных препятствий. Основы методики обучения. Применение приемов страховки и само страховки.	2	
	Контрольная работа Туристские узлы.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Изучение туристских узлов: прямой, встречный, академический, простой проводник, проводник восьмерка, двойной проводник, булинь.	3	
Тема 9. Физическая и технико-тактическая подготовка туриста.	Содержание учебного материала Организация движения, тактика передвижения на маршруте. Охрана природы во время бивачных работ и на маршруте. Особенности и методика развития физических качеств в туризме.	2	2
	Контрольная работа Техника и тактика движения туристской группы. Применение приемов страховки и само страховки.	2	
	Самостоятельная работа обучающегося Планирование комплексов подготовительных упражнений для развития физических качеств на занятиях туризмом.	3	
Дифференцированный зачет		2	
Всего часов		38/57	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);

2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания»; мастерских _____; лабораторий _____.

Оборудование учебного кабинета:

- стол преподавателя;
- стул офисный поворотный;
- ученические столы;
- ученические стулья;
- доска классная 3-х секционная;
- шкаф книжный 2-х секционный;
- учебная, методическая, справочная литература, раздаточный материал, методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы студентов, материалы для контроля (тесты, электронные тесты, тексты с заданиями и др.).

Технические средства обучения:

- компьютер;
- интерактивный мультимедийный комплекс (интерактивная доска, мультимедийный проектор);
- магнитно-маркерная доска.

Туристическое оборудование, инвентарь:

- туристические палатки;
- туристические рюкзаки;
- спальные мешки;
- коврики туристические;
- костровые приспособления;
- котлы туристические;
- байдарки, катамараны;
- спасательные жилеты;
- веревки, карабины, страховочные системы.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Вяткин Л.А., Сидорчук Е.В., Немытов Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 208 с.

Дополнительные источники:

1. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. - М.: Физкультура и спорт, 1990.
2. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. - М.: Физкультура и спорт, 2015.
3. Куликова В.И. Туризм. Учеб. пособие для студ. пед. ин-тов по спец. «Физическое воспитание». – М.: Физкультура и спорт, 2014.
4. Спортивные походы на плотах: Учеб. пособие /С.Я. Харин. - Нижний Тагил: НТИ (ф) УГТУ-УПИ, 2005. – 96 с.
5. Туризм и спортивное ориентирование. Учеб. для ин-тов и тех-мов физ. культ. /Сост. В.И. Ганопольский. - М.: Физкультура и спорт, 1987.
6. Харин С.Я. Азбука лыжного туризма: учеб. пособие /С.Я. Харин. - Нижний Тагил: НТИ (ф) УГТУ-УПИ, 2005. – 225 с.

Интернет-ресурсы

1. Официальный сайт МБСОУ «Клуб туристов «Азимут». <http://azimutnt.ru/>
2. Официальный сайт МБУ ДО Городской станции юных туристов «Полюс» (ГорСЮТур «Полюс»). <http://polusnt.ru/>
3. Официальный сайт Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования детей «Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения». <http://turcentrf.ru/>
4. Официальный сайт Региональной общественной организации «Федерация спортивного туризма Свердловской области». <http://www.turist-club.ru/>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных самостоятельных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Уметь	
планировать, проводить и анализировать занятия по туризму	наблюдение, экспертная оценка планов занятий
выполнять профессионально значимые туристические действия	наблюдение, двигательные тесты, контрольные упражнения
использовать терминологию туризма	наблюдение, экспертная оценка планов занятий
применять приемы страховки и самостраховки при занятиях туризмом	наблюдение, двигательные тесты, контрольные упражнения
обучать технике туризма	наблюдение
подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт туристического снаряжения	наблюдение
использовать оборудование и инвентарь для занятий туризмом в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации	наблюдение
Знать	
историю и этапы развития туризма	письменный опрос, тестирование
терминологию туризма	письменный опрос, тестирование, наблюдение
технику туризма	опрос, тестирование, наблюдение
содержание, формы организации и методику проведения занятий по туризму в школе	экспертная оценка планов занятий
методику обучения туризму	письменный опрос, тестирование, наблюдение

особенности и методику развития физических качеств в туризме	письменный опрос, тестирование, наблюдение
основы судейства соревнований по туризму	наблюдение
разновидности оборудования и инвентаря для занятий туризмом, особенности их эксплуатации	наблюдение
технику безопасности и требования к туристическому оборудованию и инвентарю	письменный опрос, тестирование, наблюдение