

МИНИСТЕРСТВО ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Свердловской области
«Нижнетагильский педагогический колледж №2»
(ГБПОУ СО «НТПК №2»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Учебной дисциплины «Туризм»

**Основной профессиональной образовательной программы
по специальности 49.02.01 «Физическая культура»**

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по организации
образовательного процесса

ГБПОУ СО «Нижнетагильский
педагогический колледж № 2»

_____ / Лыжина Н.Г. /

«18» мая 2015 г.

г. Нижний Тагил, 2015 г.

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: ГБПОУ СО «Нижнетагильский педагогический колледж №2»

Разработчик:

Перезолов Алексей Евгеньевич, преподаватель, высшая квалификационная категория.

РАССМОТРЕНА И РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ

на заседании предметно - цикловой комиссии

(Протокол № 8/15 от 15 мая 2015 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 плотях: 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. Ганопольсий. - 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