

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Зекрин Фанави Хайбрахманович  
 Должность: Ректор  
 Дата подписания: 09.04.2024  
 Уникальный программный идентификатор:  
 8d1b39193cdad89ca0a1d9ef237c1a2d2

**Аннотация  
 рабочей программы дисциплины  
 «Физическая культура и спорт» (Б1.О.01)**

|                                         |                                                       |
|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                  | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы      | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                 | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                 | очная: 1 семестр<br>заочная: 1 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану | зачётных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у бакалавров по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм, физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- понимание социальной роли физической культуры и спорта в развитии личности и подготовки её к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-целостного отношения к физической культуре и спорту, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| Формируемые компетенции                                                                                                                        | Индикаторы достижения компетенции                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | УК-7.1 Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни. |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Методики эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными умениями и навыками
- Тема 2. Средства и методы общей физической подготовки.
- Тема 3. Силовые способности.
- Тема 4. Выносливость.
- Тема 5. Гибкость.
- Тема 6. Координационные способности.
- Тема 7. Скоростные способности.
- Тема 8. Методики оценки физической подготовленности и функционального состояния занимающихся.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Основы экономической культуры и финансовой грамотности» (Б1.О.02)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 1 семестр<br>заочная: 1 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель дисциплины - формирование теоретических и методических основ, необходимых для принятия обоснованных экономических решений, а также формирование у обучающихся способностей принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности.

Задачи дисциплины:

- сформировать у обучающихся специальные знания в области экономической культуры, в том числе финансовой грамотности;
- стимулировать самостоятельную деятельность по освоению содержания дисциплины и формированию необходимых компетенций;
- научить практически осуществлять деятельность в области принятия обоснованных экономических решений в различных областях жизнедеятельности.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                    | <i>Индикаторы достижения компетенций</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-9 Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности | УК-9.1 Знает принципы и подходы обоснования экономических решений в различных областях жизнедеятельности<br>УК-9.2 Умеет анализировать возможные альтернативные решения на основе знаний об экономике и финансах<br>УК-9.3 Владеет навыками выбора обоснованных экономических решений из нескольких альтернатив в различных жизненных ситуациях, требующих знаний в области экономики и финансов |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Введение в экономику.  
Тема 2. Расходы и доходы семейных хозяйств.  
Тема 3. Личный бюджет. Финансовое планирование.  
Тема 4. Расчеты и платежи. Сбережения.  
Тема 5. Кредиты и займы.  
Тема 6. Страхование. Пенсии. Защита прав потребителей.  
Тема 7. Фондовые рынки. Валюта.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Организация добровольческой (волонтерской) деятельности и взаимодействие с социально ориентированными НКО» (Б1.О.03)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 1 семестр<br>заочная: 1 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является: получение обучающимися теоретических знаний о добровольчестве (волонтерстве) как ресурсе личностного роста и общественного развития; формирование представлений о многообразии добровольческой (волонтерской) деятельности и мотивации добровольцев (волонтеров); приобретение практических навыков в сфере организации труда добровольцев (волонтеров), взаимодействия с социально ориентированными некоммерческими организациями, органами власти и подведомственными им организациям.

Задачи дисциплины:

- сформировать у обучающихся общее представление о волонтерстве, его месте в обществе и отдельных общественных подсистемах, об историческом развитии волонтерства, его современном состоянии и перспективах развития;
- сформировать технологический инструментарий, позволяющий будущему организатору волонтерского движения применять методики с целью оптимизации своей индивидуальной и групповой деятельности;
- формирование активной гражданской позиции, положительного отношения обучающихся к добровольческой (волонтерской) деятельности;
- формирование осознанного выбора участия в волонтерской деятельности.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                      | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.    | УК-2.1 Знает алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения.<br>УК-2.2 Умеет определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.                                                                                           | УК-3.2 Умеет устанавливать и поддерживать взаимодействие, обеспечивающее успешную работу в коллективе.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| ОПК-10 Способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников туристских и рекреационных мероприятий, в том числе с учетом различной возрастно-половой группы. | ОПК-10.1 Знает функции участников деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования и принципы организации их совместной деятельности; особенности профессиональной этики.<br>ОПК-10.2 Умеет устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации участников в процессе деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования с соблюдением профессиональной этики.<br>ОПК-10.3 Владеет навыками организации совместной деятельности и способами взаимодействия участников в процессе деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования с соблюдением профессиональной этики. |

**3 Структура дисциплины**

Тема 1. Теоретические аспекты добровольческой (волонтерской) деятельности.

Тема 2. История развития добровольческой (волонтерской) деятельности в России и за рубежом.

Тема 3. Современные добровольческие организации, программы и технологии организации волонтерских служб.

Тема 4. Привлечение, обучение и организация работы с волонтерами в области физической культуры и спорта.

Тема 5. Социально ориентированные некоммерческие организации (НКО). Взаимодействие с НКО при организации добровольческой (волонтерской) деятельности.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Краеведение» (Б1.О.04)**

|                                                 |                                                              |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | <i>49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм</i> |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | <i>«Спортивно-оздоровительный туризм»</i>                    |
| Квалификация выпускника                         | <i>бакалавр</i>                                              |
| Форма обучения, семестр                         | <i>очная: 1 семестр<br/>заочная: 1,2 семестр</i>             |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | <i>зачетных единиц: 2<br/>часов: 72</i>                      |
| Промежуточная аттестация                        | <i>зачет</i>                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов основ теории и методики краеведческой работы в рамках туристской деятельности.

Задачи дисциплины:

- приобретение теоретических знаний и умений при проведении краеведческой работы.
- изучение района путешествия в рамках краеведческих исследований.
- умение применять краеведение в профессиональной деятельности.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                 | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах                                                                    | УК-5.1 Знает основные категории философии, историческое наследие, социокультурные традиции и основы межкультурной коммуникации.<br>УК-5.2 Умеет взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции<br>УК-5.3 Владеет навыками оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах |
| ОПК-13 Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий | ОПК-13.1 Знает особенности организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий<br>ОПК-13.2 Умеет планировать и организовывать рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия                                                                                   |
| ОПК-15 Способен осуществлять материально-техническое сопровождение рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий             | ОПК-15.1 Знает требования к материально-техническому оснащению рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий                                                                                                                                                                                                                      |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. История возникновения, основные цели и задачи краеведения. Основы краеведения.  
Тема 2. Туризм и краеведение.  
Тема 3. Флора и фауна.  
Тема 4. Изучение родного края.  
Тема 5. Особенности краеведческой работы с обучающимися.  
Тема 6. Туристско-краеведческая деятельность.  
Тема 7. Научно – исследовательская работа по краеведению.  
Тема 8. Проектная деятельность в краеведении.  
Тема 9. Изучение района путешествия.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«История физической культуры» (Б1.О.05)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 1 семестр<br>заочная: 1, 2 семестр             |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся мировоззренческих взглядов на становление, состояние и развитие физической культуры и спорта в разные периоды существования человеческого общества.

Задачи дисциплины:

- изучить основные этапы возникновения, становления и развития физической культуры и спорта;
- сформировать научное представление об эволюции взглядов на систему физического воспитания, исторические условия и особенности развития физической культуры и спорта в различных регионах мира;
- развить представление о роли, месте и значении физической культуры и спорта в жизни общества на разных этапах развития цивилизации;
- изучить исторические особенности развития физической культуры и спорта в России на разных этапах.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                              | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах | УК-5.1 Знает основные категории философии, историческое наследие, социокультурные традиции и основы межкультурной коммуникации<br>УК-5.3 Владеет навыками оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1. Возникновение и первоначальное развитие физической культуры в мире в период до Нового времени.

Тема 1.1 Возникновение и первоначальное развитие физической культуры в первобытном обществе.

Тема 1.2 Физическая культура в государствах Древнего мира.

Тема 1.3 Физическая культура и спорт в средние века.

Тема 1.4. Элементы физической культуры в России с древнейших времен до Нового времени.

Раздел 2. Создание основ современной физической культуры и спорта в период Нового времени.

Тема 2.1 Создание европейских гимнастических и спортивно-игровых систем в Новое время.

Тема 2.2 Возникновение и первоначальное развитие международного спортивного и олимпийского движения.

Тема 2.3 Возникновение и первоначальное развитие спортивного и олимпийского движения в России.

Раздел 3. Развитие физической культуры в мире в Новейший период истории.

Тема 3.1 Международное спортивное и Олимпийское движение в XX и XXI веке.

Тема 3.2 Развитие физической культуры и спорта в различных странах мира.

Тема 3.3 Развитие физической культуры и спорта в СССР и России (XX и XXI века).

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«История России» (Б1.О.06)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 1, 2 семестр<br>заочная: 1, 2 семестр          |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 4<br>часов: 144                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся представлений об основных этапах и содержании истории России с древнейших времен и до наших дней, органической взаимосвязи различных эпох российской и мировой истории, месте российской цивилизации во всемирно-историческом процессе.

Задачи дисциплины:

- обосновать и раскрыть роль исторического наследия в формировании гражданской позиции обучающихся;
- раскрыть сущность, значение и эволюцию исторического процесса, его понятий и категорий;
- проанализировать изменения в исторических представлениях и понятиях, которые произошли в России, в том числе и на современном этапе её развития.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемая компетенция</i>                                                                                              | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах | УК-5.1 Знает основные категории философии, историческое наследие, социокультурные традиции и основы межкультурной коммуникации<br>УК-5.2 Умеет взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции<br>УК-5.3 Владеет навыками оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1. Введение. Историография.

Тема 1.1 История России – неотъемлемая часть всемирной истории.

Тема 1.2 Основные этапы становления государственности Древней Руси.

Раздел 2. Древняя Русь 9-13 вв.

Тема 2.1 Эволюция восточнославянской государственности в 11-12 вв.

Тема 2.2 Русь и Золотая Орда: проблемы взаимовлияния.

Тема 2.3 Русские земли в 12-13 вв.

Тема 2.4. Возвышение Москвы.

Раздел 3. Московское государство в 14-17 вв.

Тема 3.1 Специфика формирования единого Российского государства.

Тема 3.2. Россия в 16 веке.

Тема 3.3 Россия в начале Нового времени. Смутное время. Экономика до Петра I.

Раздел 4. Период Российской Империи 18-20 вв.

Тема 4.1 Реформы Петра I.

Тема 4.2 Век Екатерины II.

Тема 4.3 Россия в 19 веке (реформы и реформаторы).

Тема 4.4 Россия в начале 20-го века (1900-1917 гг.). Первая мировая война.

Раздел 5. Советская Россия (1917-1991 гг.) и Российская Федерация (1991-1999гг.).

Тема 5.1 Февральская и Октябрьская революции 1917 г. Гражданская война. НЭП. Образование СССР. Индустриализация. Коллективизация. Начало Второй мировой войны.

Тема 5.2 Великая Отечественная война 1941-1945 гг. Окончание Второй мировой войны.

Тема 5.3 СССР в послевоенный период 1946-1953 гг. Попытки реформирования советского общества 1953-1964 гг. СССР в середине 60-х-первой половине 80-х гг. двадцатого века.

Тема 5.4 Перестройка, ускорение социально-экономического развития СССР. Распад СССР и мировой системы социализма. Становление новой Российской государственности.

Раздел 6. Россия в 21 веке.

Тема 6.1 Первое десятилетие 21 века.

Тема 6.2 Второе десятилетие 21 века.

Тема 6.3 Современные российские реалии.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Иностранный язык» (Б1.О.07)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 1, 2 семестр<br>заочная: 1, 2 семестр          |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 6<br>часов: 216                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся навыков использования иностранного языка для совершенствования профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- формировать умения читать, понимать, переводить оригинальную литературу по темам, связанным с профессиональной деятельностью, в т.ч. с помощью сквозной технологии искусственный интеллект;
- формировать навыки устной речи (говорение: умение вести беседу на темы, связанные с профессиональной деятельностью), в т.ч. с помощью сквозной технологии искусственный интеллект, сервисов для видеоконференцсвязи;
- формировать умение воспринимать иноязычную речь;
- формировать навыки активного владения базовой грамматикой и лексикой, включая лексику, представляющую нейтральный научный стиль;
- формировать навыки владения терминологией, чтения со словарем и понимания специальной литературы по профилю деятельности, получения информации профессионального содержания из интернет-источников с помощью технологии больших данных, облачных технологий.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                         | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах) | УК-4.1 Знает систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации<br>УК-4.2 Умеет логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)<br>УК-4.3 Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах) |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1. Учёба в вузе.

Тема 1.1 О себе.

Тема 1.2 ЧГАФКиС.

Раздел 2. Моя будущая профессия.

Тема 2.1 Функции и задачи менеджера.

Тема 2.2 Маркетинг в туризме.

Раздел 3. Туристическая индустрия.

Тема 3.1 Развитие туризма в Европе.

Тема 3.2 Туристическая индустрия в России.

Раздел 4. Основные виды туризма.

Тема 4.1 Досуговый туризм.

Тема 4.2 Спортивный туризм.

Тема 4.3 Оздоровительный туризм.

Раздел 5. Путешествие.

Тема 5.1 Зарубежные поездки.

Тема 5.2 Гостиничный сервис. Бронирование мест.

Тема 5.3 Питание в ресторанах. Заказ блюд.



**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Анатомия человека» (Б1.О.08)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 1, 2 семестр<br>заочная: 1, 2 семестр          |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 6<br>часов: 216                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен (2)                                           |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью дисциплины является формирование у обучающихся компетенций, предусмотренных ФГОС, связанных с применением знаний анатомо-морфологических особенностей организма человека, закономерностей физического развития и особенностей их проявления в разные возрастные периоды в рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности.

Задачи дисциплины:

- изучить строение организма человека на различных этапах онтогенеза;
- создать представление об основных принципах организации систем человеческого организма и функциональных взаимосвязях этих систем;
- на основе полученных знаний формировать способность обучающихся правильно ориентироваться в решении профессиональных задач: спортивной ориентации и отбора, совершенствования спортивной техники, повышения спортивного мастерства, правильной организации рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности с учетом особенностей строения организма на различных этапах онтогенеза и предотвращения негативных сдвигов в состоянии здоровья воспитанников;
- стимулировать самостоятельную деятельность по освоению содержания дисциплины и формированию необходимых компетенций.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                    | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста. | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки.                                 |
| ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.                                            | ОПК-9.1 Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния занимающихся.<br>ОПК-9.2 Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся, интерпретировать результаты контроля. |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1. Анатомия систем исполнения движений

Тема 1.1 Остеология и артрология

Тема 1.2 Миология

Тема 1.3 Динамическая морфология

Раздел 2. Анатомия систем обеспечения движений

Тема 2.1 Анатомия внутренних органов

Тема 2.2 Анатомия сердечнососудистой системы

Раздел 3. Анатомия систем регуляции движений

Тема 3.1 Нервная система

Тема 3.2 Сенсорные системы

Тема 3.3 Эндокринная система

Раздел 4. Конституциональная, возрастная, спортивная морфология

Тема 4.1 Конституциональная морфология

Тема 4.2 Возрастная морфология

Тема 4.3 Спортивная морфология

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Психология и педагогика» (Б1.О.09)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 1, 2 семестр<br>заочная: 1, 2 семестр          |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 4<br>часов: 144                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся современных научных представлений о некоторых психических феноменах в области педагогической и физкультурной деятельности, о воспитании, обучении и образовании человека в современной культуре.

Задачи дисциплины:

- сформировать знание системы ключевых понятий общей психологии и общей педагогики;
- сформировать понимание процесса формирования и развития психических процессов, свойств и состояний личности;
- сформировать знания о методах психолого-педагогического исследования;
- сформировать представление о сущности процесса обучения и воспитательного процесса, их закономерностях, особенностях, целях и задачах.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                   | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде                                                         | УК-3.1 Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия                                 |
| УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни | УК-6.1 Знает принципы образования, основные приемы эффективного управления собственным временем |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1. Общая психология.

Тема 1.1 Введение в общую психологию.

Тема 1.2 Психика человека и её структура.

Тема 1.3 Познавательные психические процессы.

Тема 1.4 Психология личности.

Тема 1.5 Эмоционально-волевая сфера человека.

Тема 1.6 Психология развития.

Тема 1.7 Психология общения.

Раздел 2. Общая педагогика.

Тема 2.1 Становление и развитие педагогики.

Тема 2.2 Система и структура педагогической науки.

Тема 2.3 Методология и организация педагогических исследований.

Тема 2.4 Теория обучения.

Тема 2.5 Теория воспитания.

Тема 2.6 Личность учащегося в педагогическом процессе.

Тема 2.7 Личность учителя в педагогическом процессе.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Русский язык и культура речи» (Б1.О.10)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 2 семестр<br>заочная: 1,2 семестр              |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является повышение у обучающихся уровня практического владения современным русским языком в разных сферах его функционирования, а также расширения общегуманитарного кругозора, опирающегося на владение потенциалом русского языка; повышение общей культуры обучающихся.

Задачи дисциплины:

– на основе школьных знаний, умений и навыков, сформированных на образцах классической литературы, развить коммуникативную компетенцию специалиста, понимание языка как носителя информации, средства достижения цели в общении, прежде всего профессиональном.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                         | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах) | УК-4.1 Знает систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации<br>УК-4.2 Умеет логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)<br>УК-4.3 Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах) |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1. Общие сведения о речи.

Тема 1.1 История, основные понятия, виды, нормы, функции речи.

Тема 1.2 Стили языка.

Раздел 2. Книжно-письменные стили.

Тема 2.1 Научный стиль.

Тема 2.2 Официально-деловой стиль.

Тема 2.3 Публицистический стиль.

Раздел 3. Устно-разговорные стили.

Тема 3.1 Особенности и сфера функционирования устно-разговорных стилей.

Раздел 4. Язык как биосоциальное явление.

Тема 4.1 Язык как биосоциальное явление.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Информационные технологии в физической культуре и спорте» (Б1.О.11)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 2 семестр<br>заочная: 1, 2 семестр             |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся компетенций использования компьютерной техники, компьютерных программ для планирования учебного и тренировочного процессов, учета выполняемых тренировочных нагрузок, контроля за состоянием занимающихся, корректировки тренировочного процесса и рекреационно-оздоровительного процессов, решения других профессиональных задач с применением информационных технологий.

Задачи дисциплины:

- сформировать базовые теоретические знания в области информации, технических и программных средств реализации информационных процессов, локальных и глобальных сетей, технологий защиты информации
- сформировать приемы работы с персональным компьютером для реализации информационных процессов в конкретных программных средах;
- ознакомить с информационными технологиями, предназначенными для сопровождения исследований;
- сформировать навыки применения полученных знаний в практической деятельности.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                   | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач              | УК-1.1 Знает основы системного подхода; последовательность и требования к осуществлению поисковой и аналитической деятельности для решения поставленных задач<br>УК-1.2 Умеет анализировать и систематизировать, и синтезировать информацию, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности<br>УК-1.3 Владеет навыками поиска информации и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений |
| ОПК-16 Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности | ОПК-16.1 Знает принципы работы современных информационных технологий и использования их для решения задач профессиональной деятельности<br>ОПК-16.2 Умеет понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности<br>ОПК-16.3 Владеет принципами работы современных информационных технологий и использования их для решения задач профессиональной деятельности                                            |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1. Основные сведения о принципах построения информационных технологий.

Тема 1.1 Информация и технические средства реализации информационных процессов.

Тема 1.2 Программное обеспечение общего и специального назначения.

Тема 1.3 Компьютерные коммуникации.

Тема 1.4 Средства и методы защиты информации.

Раздел 2. Применение информационных технологий в физической культуре и спорте.

Тема 2.1 Информационные технологии в физической культуре и спорте, в практике спортивной тренировки.

Тема 2.2 Мониторинг физического развития и физических кондиций, занимающихся физической культурой.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Информационные технологии в физической культуре и спорте» (Б1.О.11)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 2 семестр<br>заочная: 1, 2 семестр             |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся компетенций использования компьютерной техники, компьютерных программ для планирования учебного и тренировочного процессов, учета выполняемых тренировочных нагрузок, контроля за состоянием занимающихся, корректировки тренировочного процесса и рекреационно-оздоровительного процессов, решения других профессиональных задач с применением информационных технологий.

Задачи дисциплины:

- сформировать базовые теоретические знания в области информации, технических и программных средств реализации информационных процессов, локальных и глобальных сетей, технологий защиты информации
- сформировать приемы работы с персональным компьютером для реализации информационных процессов в конкретных программных средах;
- ознакомить с информационными технологиями, предназначенными для сопровождения исследований;
- сформировать навыки применения полученных знаний в практической деятельности.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                   | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач              | УК-1.1 Знает основы системного подхода; последовательность и требования к осуществлению поисковой и аналитической деятельности для решения поставленных задач<br>УК-1.2 Умеет анализировать и систематизировать, и синтезировать информацию, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности<br>УК-1.3 Владеет навыками поиска информации и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений |
| ОПК-16 Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности | ОПК-16.1 Знает принципы работы современных информационных технологий и использования их для решения задач профессиональной деятельности<br>ОПК-16.2 Умеет понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности<br>ОПК-16.3 Владеет принципами работы современных информационных технологий и использования их для решения задач профессиональной деятельности                                            |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1. Основные сведения о принципах построения информационных технологий.

Тема 1.1 Информация и технические средства реализации информационных процессов.

Тема 1.2 Программное обеспечение общего и специального назначения.

Тема 1.3 Компьютерные коммуникации.

Тема 1.4 Средства и методы защиты информации.

Раздел 2. Применение информационных технологий в физической культуре и спорте.

Тема 2.1 Информационные технологии в физической культуре и спорте, в практике спортивной тренировки.

Тема 2.2 Мониторинг физического развития и физических кондиций, занимающихся физической культурой.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Основы медицинских знаний» (Б1.О.13)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 2 семестр<br>заочная: 3 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является ознакомление обучающихся с основами медицинских знаний и правилами оказания первой помощи пострадавшим.

Задачи дисциплины:

- сформировать представление об основах медицинских знаний;
- изучить основы этиологии, клинической картины некоторых соматических и инфекционных заболеваний, требующих первой помощи и профилактических мер для их предупреждения и распространения.
- изучить алгоритм оказания первой помощи пострадавшим и способствовать формированию умений по его применению при состояниях, в которых оказывается первая помощь.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                             | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-6 Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь | ОПК-6.1 Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи применяемые в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.2 Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.3 Владеет навыками обеспечения безопасности при проведении занятий, физкультурно-спортивных, рекреационных, туристско-краеведческих мероприятий и соревнований |

**3 Структура дисциплины**

- Раздел 1. Введение в дисциплину. Нормативно-правовые основы оказания первой помощи пострадавшим. Алгоритм и основные мероприятия по оказанию первой помощи пострадавшим
- Тема 1.1 Введение в дисциплину. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи пострадавшим
- Тема 1.2 Содержание аптечки первой помощи и краткая характеристика средств, применяемых для оказания первой помощи
- Тема 1.3 Перечень состояний, требующих оказания первой помощи. Алгоритм оказания первой помощи пострадавшим
- Раздел 2. Раздел Основы проведения мероприятий по оказанию первой помощи пострадавшим
- Тема 2.1 Инфекционные заболевания. Профилактика инфекционных заболеваний.
- Тема 2.2 Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения.
- Тема 2.3 Раны. Алгоритм оказания первой помощи пострадавшим при ранениях.
- Тема 2.4 Кровотечение. Алгоритм оказания первой помощи пострадавшим при наружном /внутреннем кровотечениях.
- Тема 2.5 Травмы головы, шеи, спины, живота и конечностей. Алгоритм оказания первой помощи при травмах различных областей тела.
- Тема 2.6 Ожоги и отморожения. Гипо и гипертермия. Алгоритм оказания первой помощи при ожогах и отморожениях, гипо и гипертермии.
- Тема 2.7 Алгоритм оказания первой помощи при потере сознания
- Тема 2.8 Отработка алгоритма оказания первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения
- Тема 2.9 Отработка алгоритма оказания первой помощи при отсутствии сознания
- Тема 2.10 Отработка алгоритма оказания первой помощи при наличии инородного тела в верхних дыхательных путях

- Тема 2.11 Отработка алгоритма оказания первой помощи пострадавшим при ранениях и наружном /внутреннем кровотечениях
- Тема 2.12 Отработка алгоритма оказания первой помощи при травмах головы.
- Тема 2.13 Отработка алгоритма оказания первой помощи при травмах шеи, живота и спины.
- Тема 2.14 Отработка алгоритма оказания первой помощи при травмах верхних и нижних конечностей.
- Тема 2.15 Отработка алгоритма оказания первой помощи при заболеваниях сердечно-сосудистой системы
- Тема 2.16 Отработка алгоритма оказания первой помощи при утоплении и синдроме длительного сдавления
- Тема 2.17 Отработка алгоритма оказания первой помощи при отравлениях

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Биомеханика двигательной деятельности» (Б1.О.14)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 3 семестр<br>заочная: 3 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является ознакомление обучающихся с биомеханическими основами строения двигательного аппарата человека и физических упражнений как специфического средства оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки.

Задачи дисциплины:

- раскрыть строение двигательных действий человека, которая обусловлена сложностью строения его двигательного аппарата, системы управления движениями, подчинением движений законам механики и биологии, обусловленностью движений психической деятельностью человека, ознакомить с теоретическими концепциями современных направлений в биомеханике;
- сформировать умения самостоятельного обоснования техники соревновательных и тренировочных упражнений, представления о способах моделирования и оптимизации обучения двигательным действиям;
- научить обучающихся анализировать технику двигательных действий и тактику двигательной деятельности, использовать биомеханические методы.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                   | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки |
| ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся                                            | ОПК-9.2 Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся, интерпретировать результаты контроля                                                                                           |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Топография тела человека.
- Тема 2. Физические факторы, воздействующие на человека.
- Тема 3. Кинематика и динамика движений человека.
- Тема 4. Биомеханика двигательного аппарата.
- Тема 5. Биомеханика физических качеств.
- Тема 6. Биомеханика локомоций человека.
- Тема 7. Биомеханический контроль.
- Тема 8. Биомеханика видов спорта.



**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
Биохимия человека (Б1.О.15)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 3 семестр<br>заочная: 3 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачётных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачет с оценкой                                       |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель освоения дисциплины является формирование у обучающихся современных научных знаний в области химических основ процессов жизнедеятельности, ознакомление с особенностями протекания биохимических процессов во время занятий физическими упражнениями и спортом, в период восстановления после мышечной работы.

Задачи дисциплины:

- сформировать современные представления о структурной химической организации биологических организмов, рассмотреть взаимозависимость между их структурой и биологическими функциями.
- изучить основные пути обмена веществ в живых организмах, регуляцию биохимических процессов на молекулярном и клеточном уровне организации живой материи.
- изучить биохимические механизмы обеспечения мышечной деятельности и их роль в обеспечении тренировки и занятий адаптивной физической культурой.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                        | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста. | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки    |
| ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся                                                 | ОПК-9.1 Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния занимающихся<br>ОПК-9.2 Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся, интерпретировать результаты контроля |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1. Статическая биохимия

Тема 1.1 Строение атома (составные части, заряд составных частей). Ядро атома (состав, масса, заряд). Растворы. Основы органической химии.

Тема 1.2 Основы органической химии. Химический состав организма человека

Тема 1.3 Общие закономерности обмена веществ в организме человека. Биоэнергетика.

Тема 1.4 Биокатализ.

Тема 1.5 Витамины.

Раздел 2. Динамическая биохимия

Тема 2.1 Обмен углеводов.

Тема 2.2 Обмен липидов и белков..

Тема 2.3 Обмен воды и минеральных веществ. Гормоны.

Раздел 3. Основы биохимии спорта.

Тема 3.1 Биохимия мышечного сокращения.

Тема 3.2 Биоэнергетика мышечной деятельности

Тема 3.3 Биохимические изменения в организме при мышечной деятельности и различной патологии. Биохимические механизмы утомления.

Тема 3.4 Биохимические закономерности восстановления нарушенных функций. Биохимические закономерности адаптации к мышечной работе и при патологии. Биохимические основы двигательных качеств спортсмена.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Психология физической культуры и спорта» (Б1.О.16)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 3 семестр<br>заочная: 3 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся знаний и умений к решению профессиональных задач, связанных с психологическим обеспечением развития и функционирования психических явлений, состояний и качеств у обучающихся образовательных учреждений и воспитанников спортивных организаций.

Задачи дисциплины:

- сформировать у студента научное мировоззрение, профессионально-педагогическую направленность, содействовать развитию психологического мышления сформировать систему научно-прикладных знаний и умений, необходимых в будущей профессиональной деятельности;
- сформировать систему научно-прикладных знаний и умений, необходимых в будущей профессиональной деятельности;
- ознакомить с современными психологическими подходами обучения и воспитания в сфере физической культуры и спорта;
- сформировать представление о психолого-педагогических основаниях реализации эффективного индивидуального подхода при организации занятий физической культурой.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                    | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста                  | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки.<br>ОПК-1.2 Умеет планировать содержание занятий физической культурой и спортом.<br>ОПК-1.3 Владеет технологиями планирования занятий физической культурой и тренировочного процесса для различных категорий занимающихся.                                                                          |
| ОПК-4 Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения                                                        | ОПК-4.1 Знает основы общей педагогики и психологии, факторы формирования социально-значимых личностных качеств занимающихся<br>ОПК-4.2 Умеет решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту; проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения<br>ОПК-4.3 Владеет методикой воспитания у занимающихся социально-значимых личностных качеств, а также профилактики негативного социального поведения в процессе занятий |
| ОПК-5 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни | ОПК-5.1 Знает роль, структуру и функции физической культуры и спорта, рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, краеведения, природной среды, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, механизмы и приемы формирования мотивации на ведение здорового образа жизни<br>ОПК-5.2 Умеет проводить мероприятия по формированию осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой                                                                                                       |

|                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                              | <p>деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни</p> <p>ОПК-5.3 Владеет методикой формирования осознанного отношения к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни</p>                                                                                          |
| <p>ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p> | <p>ОПК-9.1 Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния занимающихся</p> <p>ОПК-9.2 Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся, интерпретировать результаты контроля</p> <p>ОПК-9.3 Владеет методиками контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся</p> |

### 3 Структура дисциплины

Раздел 1. Предмет психологии физической культуры и спорта.

Тема 1.1 Понятие о предмете психологии физической культуры и спорта.

Тема 1.2 Задачи психологической науки в области физической культуры и спорта.

Раздел 2. Психологические закономерности возрастного развития занимающихся.

Тема 2.1 Психология развития, основные категории и закономерности развития.

Тема 2.2 Возрастная периодизация и психологическая характеристика развития.

Раздел 3. Психологические основы обучения и воспитания в спорте.

Тема 3.1 Физическая культура и спорт как деятельность и ее психологическая характеристика, структура и особенности.

Тема 3.2 Двигательная деятельность: произвольные действия и произвольные операции.

Тема 3.3 Современное представление о психологической структуре и формированию двигательного действия.

Раздел 4. Развитие психических процессов в физической культуре и спорте.

Тема 4.1 Основные закономерности в развитии психомоторных, перцептивных и интеллектуальных процессов.

Тема 4.2 Особенности эмоциональных состояний и управления ими на занятиях физической культурой и спортом.

Тема 4.3 Формирование волевых качеств занимающихся.

Раздел 5. Психологические основы формирования личности в физическом воспитании и спорте.

Тема 5.1 Понятие, структура и содержание личности.

Тема 5.2 Развитие личностных качеств в связи с двигательной деятельностью.

Раздел 6. Психологическая характеристика деятельности и личности в физической культуре и спорте.

Тема 6.1 Психологическая характеристика личности тренера, специалиста по спорту и индивидуальный стиль деятельности.

Тема 6.2 Психологическая структура деятельности тренера.

Раздел 7. Мотивация занятий физической культурой и спортом.

Тема 7.1 Актуальные проблемы мотивов в процессе физической культуры и спорте.

Тема 7.2 Потребности и мотивы, природа, структура, классификация, методы изучения.

Раздел 8. Психологическое сопровождение в физической культуре и спорте.

Тема 8.1 Особенности, этапы и технологии психологического сопровождения занимающихся.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Философия» (Б1.О.17)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 4 семестр<br>заочная: 5, 6 семестр             |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование мировоззренческой позиции обучающихся на основе знаний основных законов, форм и способов познания материального и духовного мира, основных разделов современного философского знания.

Задачи дисциплины:

- сформировать у студентов знания основных разделов философии, основных законов, форм и способов познания материального и духовного мира;
- способствовать формированию мировоззренческой позиции студентов;
- способствовать формированию навыков самоорганизации и самообразования;
- способствовать развитию навыков критического восприятия и оценки информации и ее источников;
- способствовать развитию умения логично формулировать, аргументировано излагать, отстаивать собственное видение проблем и способов их разрешения;
- способствовать развитию владения приемами ведения дискуссии, полемики, диалога.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                              | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах | УК-5.1 Знает основные категории философии, историческое наследие, социокультурные традиции и основы межкультурной коммуникации.<br>УК-5.2 Умеет взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции<br>УК-5.3 Владеет навыками оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1. Введение в философию. История философии.

Тема 1.1 Предмет философии.

Тема 1.2 Этапы развития философской мысли.

Раздел 2. Онтология и гносеология.

Тема 2.1 Учение о бытие.

Тема 2.2 Учение о познании.

Раздел 3. Аксиология.

Тема 3.1 Учение о ценностях.

Раздел 4. Социальная и политическая философия.

Тема 4.1 Социальная философия.

Тема 4.2 Политическая философия.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Теория и методика физической культуры» (Б1.О.18)**

|                                                 |                                                              |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | <i>49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм</i> |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | <i>«Спортивно-оздоровительный туризм»</i>                    |
| Квалификация выпускника                         | <i>бакалавр</i>                                              |
| Форма обучения, семестр                         | <i>очная: 3,4 семестр<br/>заочная: 3,4 семестр</i>           |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | <i>зачётных единиц: 6<br/>часов: 216</i>                     |
| Промежуточная аттестация                        | <i>экзамен</i>                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью дисциплины является формирование у будущих бакалавров, общих научно-методических основ профессионального мировоззрения в соответствии с видами профессиональной деятельности и профилем подготовки.

Задачи дисциплины:

- сформировать представление об основах теории и методике физической культуры;
- изучить теоретические положения физкультурно-спортивной деятельности;
- изучить понятийный аппарат теории и методике физического воспитания и спорта;
- освоить средства и методы физического воспитания и спорта;
- изучить организационные формы физического воспитания и спорта;
- создать представление об интегрирующей роли дисциплины теории и методике физического воспитания и спорта в системе дисциплины предметной подготовки;
- научить применять на практике теорию и методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств, формирования знаний.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| Формируемые компетенции                                                                                                                                                                                                                                              | Индикаторы достижения компетенции                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста.                                    | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки.<br>ОПК-1.2 Умеет планировать содержание занятий физической культурой и спортом.<br>ОПК-1.3 Владеет технологиями планирования занятий физической культурой и тренировочного процесса для различных категорий занимающихся.                                                                             |
| ОПК-2 Способен проводить занятия физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке. | ОПК-2.1 Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий<br>ОПК-2.2 Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий и рекреационных мероприятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений<br>ОПК-2.3 Владеет методикой проведения занятий и рекреационных мероприятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности |
| ОПК- 3 Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью.                                                                                                              | ОПК-3.1 Знает особенности обучения технике выполнения двигательных действий в спортивном туризме, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности<br>ОПК-3.2 Умеет демонстрировать двигательные действия на занятиях по обучению технике выполнения упражнений в спортивном туризме, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности.<br>ОПК-3.3 Владеет методикой проведения занятия по обучению технике выполнения упражнений в спортивном туризме, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности.   |

|                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>ОПК-8 Способен осуществлять контроль программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения, подбирать на основе их анализа соответствующие средства и методы реализации программ</p> | <p>ОПК-8.1 Знает методики анализа и контроля программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения<br/> ОПК-8.2 Умеет применять методики анализа и контроля программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения<br/> ОПК-8.3 Владеет навыками разработки предложений по подбору средств и методов реализации программ по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения на основе их анализа</p>                                             |
| <p>ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>                                                     | <p>ОПК-9.1 Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния занимающихся<br/> ОПК-9.2 Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся, интерпретировать результаты контроля<br/> ОПК-9.3 Владеет методиками контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся</p>                                                                                                                              |
| <p>ОПК-11 Способен проводить исследования по определению эффективности, используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности.</p>                                                         | <p>ОПК-11.1 Знает основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования<br/> ОПК-11.2 Умеет разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности<br/> ОПК-11.3 Владеет методикой проведения научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности</p> |

### 3 Структура дисциплины

Раздел 1. Введение в предмет

Тема 1.1 Сущность дисциплины

Тема 1.2 Понятия и ценности физической культуры

Раздел 2. Общие основы теории и методики физического воспитания

Тема 2.1 Цели, задачи, принципы и средства физического воспитания

Тема 2.2 Методы физического воспитания

Тема 2.3 Обучение двигательным действиям

Раздел 3. Теория и методика физической подготовки и спортивный отбор

Тема 3.1 Спортивный отбор. Основные параметры и сущность спортивного отбора

Тема 3.2 Основы развития скоростных и силовых способностей

Тема 3.3 Основы развития выносливости

Тема 3.4 Основы развития гибкости

Тема 3.5 Основы развития двигательного-координационных способностей

Раздел 4. Возрастные аспекты теории и методики физической культуры

Тема 4.1 Концепция содержания физического воспитания в общеобразовательных учреждениях

Тема 4.2 Планирование процесса физического воспитания

Тема 4.3 Контроль в физическом воспитании

Тема 4.4 Организация и построение занятий в физическом воспитании

Тема 4.5 Профессионально-педагогическая деятельность учителя ФК

Тема 4.6 Физическое воспитание обучающихся СПО, ВО.

Тема 4.7 Производственная физическая культура

Тема 4.8 Физическое воспитание в «пожилом» и «старшем» возрасте»

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Физиология человека» (Б1.О.19)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 3,4 семестры<br>заочная: 3,4 семестры          |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачётных единиц: 6<br>часов: 216                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся теоретических знаний об основных функциях организма человека, о механизмах их регуляции в покое и в условиях мышечной деятельности.

Задачи дисциплины:

- познакомить с закономерностями деятельности организма, системными общебиологическими принципами адаптации организма и поддержания гомеостаза у лиц, занимающихся физическими упражнениями;

- познакомить с основными функциональными системами организма, обеспечивающими мышечную деятельность и определяющими развитие различных состояний организма с учетом пола и возраста;

- приобрести знания и умения в области анализа и диагностики состояний организма и его отдельных систем, характеристик переходных процессов и особенностей регуляции в покое и при выполнении мышечной деятельности.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                   | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки.                               |
| ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся                                            | ОПК-9.1 Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния занимающихся<br>ОПК-9.2 Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся, интерпретировать результаты контроля |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1. Общая физиология. Физиология висцеральных систем.

Тема 1.1 Физиология системы крови.

Тема 1.2 Физиология сердца.

Тема 1.3 Физиология дыхания.

Тема 1.4 Физиология системы обмена веществ и энергообмена.

Тема 1.5 Количественные взаимосвязи вегетативных функций в энергообеспечении мышечной деятельности.

Тема 1.6 Физиология теплообмена.

Тема 1.7 Физиология выделительной системы.

Тема 1.8 Физиология пищеварительной системы.

Тема 1.9 Физиология репродуктивных систем.

Раздел 2. Физиологические механизмы регуляции организма.

Тема 2.1 Физиология возбудимых тканей.

Тема 2.2 Физиология вегетативной нервной системы.

Тема 2.3 Физиология гормонов. Гипоталамо-гипофизарная система. Симпатoadреналовая система

Раздел 3. Физиология мышц.

Тема 3.1 Композитный состав, структура и иннервация мышц. Механизмы возбуждения и сокращения мышц. Управление мышечным тонусом и напряжением.

Раздел 4. Физиология сенсорных систем.

Тема 4.1 Основы рецепции. Контактные и дистантные сенсорные системы.

раздел 5. Физиология центральной нервной системы и её роль в регуляции физиологических функций.

Тема 5.1 Моторные функции сегментарных и надсегментарных отделов ЦНС.

Раздел 6 Физиологические механизмы обеспечения поведенческой деятельности. Высшая нервная деятельность.

Тема 6.1 Функциональная структура поведенческого акта. Центральная регуляция движений. Развитие психики человека.

Раздел 7. Физиология мышечной деятельности.

Тема 7.1 Физиологическая классификация физических упражнений.

Тема 7.2 Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств.

Тема 7.3 Физиологическая характеристика состояний организма при мышечной деятельности.

Физиологические основы утомления и восстановления при мышечной деятельности.

Тема 7.4 Физиологические основы спортивной тренировки женщин.

Тема 7.5 Физиолого-генетические особенности спортивного отбора.

Тема 7.6 Роль физической культуры в сохранении и восстановлении здоровья.

Раздел 8. Возрастная физиология.

Тема 8.1 Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека

Тема 8.2 Физиологические особенности организма детей дошкольного и младшего школьного возраста и их адаптация к физическим нагрузкам.

Тема 8.3 Физиологические особенности организма детей среднего и старшего школьного возраста и их адаптация к физическим нагрузкам. Физиологические особенности урока физической культуры в школе.

Тема 8.4 Физиологические особенности организма людей зрелого и пожилого возраста и их адаптация к физическим нагрузкам.



**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Педагогика физической культуры» (Б1.О.20)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 4 семестр<br>заочная: 5, 6 семестр             |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся представлений о педагогике физической культуры как науке, ее основных закономерностях, основных категориях, знакомство с наиболее значимыми педагогическими теориями и технологиями, практикой организации процессов обучения и воспитания в сфере физической культуры и спорта.

Задачи дисциплины:

- сформировать систему научно-прикладных знаний и умений, необходимых в будущей профессиональной деятельности;
- сформировать у студента научное мировоззрение, профессионально-педагогическую направленность, содействовать развитию педагогического мышления;
- привить студентам опыт творческой деятельности и эмоционально-ценностного восприятия педагогической действительности в контексте будущей профессиональной деятельности;
- ознакомить с инновационным подходом к определению эффективности технологий обучения и воспитания в области физической культуры и спорта;
- сформировать умение диагностировать уровень своей педагогической подготовленности, намечать направления к самосовершенствованию.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                      | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста                                    | ОПК-1.2 Умеет планировать содержание занятий по физической культуре и спорту                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| ОПК-2 Способен проводить занятия физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке | ОПК-2.2 Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий и рекреационных мероприятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений<br>ОПК-2.3 Владеет методикой проведения занятий и рекреационных мероприятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности                                                                                                                                       |
| ОПК-4 Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения                                                                          | ОПК-4.1 Знает основы общей педагогики и психологии, факторы формирования социально-значимых личностных качеств занимающихся<br>ОПК-4.2 Умеет решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту; проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения<br>ОПК-4.3 Владеет методикой воспитания у занимающихся социально-значимых личностных качеств, а также профилактики негативного социального поведения в процессе занятий |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1. Педагогический процесс в сфере физической культуры.

Тема 1.1 Педагогика физической культуры и спорта как учебно-научная дисциплина.  
Тема 1.2 Педагогический процесс в сфере физической культуры и его структура.  
Тема 1.3 Цель, задачи и содержание педагогического процесса в сфере физической культуры.  
Тема 1.4 Методы осуществления педагогического процесса в деятельности спортивного педагога.  
Тема 1.5 Формы организации педагогического процесса в сфере физической культуры.  
Тема 1.6 Принципы педагогического процесса.  
Раздел 2. Воспитание в едином педагогическом процессе в сфере физической культуры.  
Тема 2.1 Цель и механизм воспитания в едином педагогическом процессе в сфере физической культуры и спорта.  
Тема 2.2 Содержание воспитания в едином педагогическом процессе в сфере физической культуры.  
Тема 2.3 Воспитательная система спортивного педагога.  
Тема 2.4 Спортивный коллектив как среда и фактор формирования личности учащихся при занятиях спортивно-оздоровительным туризмом.  
Тема 2.5 Воспитательная деятельность спортивного педагога в учебно-тренировочном процессе.  
Тема 2.6 Вспомогательные формы организации педагогического процесса как элемент воспитательной работы.  
Тема 2.7 Коммуникативная компетентность специалиста ФКиС.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Правовые основы профессиональной деятельности» (Б1.О.21)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 4 семестр<br>заочная: 5 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся системы базовых знаний о государственно-правовой действительности и правовой культуры профессиональной деятельности в сфере физической культуры.

Задачи дисциплины:

- ознакомить обучающихся с основами правовых знаний в различных сферах жизнедеятельности;
- сформировать навыки толкования, применения норм законов, других нормативно-правовых актов, с учетом требований информационной безопасности;
- выработать умение применять теоретические правовые знания, а также проводить учет и отчетность в профессиональной деятельности.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                  | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений | УК-2.1 Знает алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения<br>УК-2.2 Умеет определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений<br>УК-2.3 Владеет инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений |
| УК-10 Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению                                                                                                      | УК-10.1 Знает действующие правовые нормы, обеспечивающие борьбу с коррупцией в различных областях жизнедеятельности; способы профилактики коррупции и формирования нетерпимого отношения к ней.<br>УК-10.2 Умеет планировать, организовывать и проводить мероприятия, обеспечивающие формирование гражданской позиции и предотвращение коррупции в социуме.<br>УК-10.3 Владеет навыками взаимодействия в обществе на основе нетерпимого отношения к коррупции.                                    |
| ОПК-12 Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики | ОПК-12.1 Знает нормативные правовые акты в сфере физической культуры и спорта и нормы профессиональной этики<br>ОПК-12.2 Умеет ориентироваться в нормативных правовых актах в сфере физической культуры и спорта, принимать решения и совершать действия в соответствии с законами и нормами профессиональной этики<br>ОПК-12.3 Имеет опыт применения правовых норм и норм профессиональной этики в профессиональной деятельности                                                                 |

**3 Структура дисциплины**

Тема 1. Международное законодательство в сфере ФКиС.

Тема 2. Теоретические основы правовых знаний. Спортивное право в системе отраслей российского права.

Тема 3. Положения Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» как важнейший регулятор общественных отношений в области физической культуры и спорта.

Тема 4. Правовое регулирование деятельности различных субъектов физической культуры и спорта.

Тема 5. Физическая культура и спорт в системе образования. Особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта.

Тема 6. Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий.

Тема 7. Правовые аспекты антидопинговой деятельности.

Тема 8. Особенности регулирования трудовых отношений в спорте.

Тема 9. Преступления и юридическая ответственность в сфере ФКиС.

Тема 10. Правовая основа защиты информации и противодействия коррупции в сфере физической культуры и спорта.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Научно-методическая деятельность» (Б1.О.22)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 5 семестр<br>заочная: 5 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является знакомство обучающихся с методологией научного исследования и формирование навыков самостоятельной научно-методической деятельности.

Задачи дисциплины:

- сформировать представление об апробированных методиках проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- сформировать представление об основных источниках информации и формах работы с ними;
- сформировать представление об основных теоретических и практических методах исследования;
- сформировать умения обоснованного выбора и применения методов анализа и обработки статистических данных и информационных технологий;
- сформировать представление о требованиях к оформлению и представлению результатов научного исследования.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| Формируемые компетенции                                                                                                                                                           | Индикаторы достижения компетенции                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.                                              | УК-1.1 Знает основы системного подхода; последовательность и требования к осуществлению поисковой и аналитической деятельности для решения поставленных задач<br>УК-1.2 Умеет анализировать и систематизировать, и синтезировать информацию, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности<br>УК-1.3 Владеет навыками поиска информации и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений. |
| ОПК-11 Способен проводить исследования по определению эффективности, используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности. | ОПК-11.1 Знает основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования.<br>ОПК-11.2 Умеет разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности.                                                                                                    |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Введение в научно-методическую деятельность.  
Тема 2. Методология научного исследования.  
Тема 3. Основные источники научной информации.  
Тема 4. Этапы организации научного исследования.  
Тема 5. Методы исследования.  
Тема 6. Статистические методы обработки результатов проведенного исследования.  
Тема 7. Оформление отчетов о научно-исследовательской работе.  
Тема 8. Представление результатов исследования.  
Тема 9. Этика научного исследования.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Профилактика применения допинга» (Б1.О.23)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 5 семестр<br>заочная: 5, 6 семестр             |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью дисциплины является воспитание у обучающихся нулевой терпимости к допингу со стороны молодежи через осознанное восприятие этических, медицинских и карьерных последствий его применения.

Задачи дисциплины:

- формировать у студентов представление о допинге с правовой точки зрения;
- формировать у студентов осознанное отношение к допингу как к негативному социальному поведению;
- формировать у студентов навыки профилактики применения допинга в спорте.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                       | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-7 Способен проводить работу по предотвращению применения допинга | ОПК-7.1 Знает нормативные документы, регулирующие работу по предотвращению применения допинга; содержание и организацию антидопинговых мероприятий<br>ОПК-7.2 Умеет планировать и проводить антидопинговые мероприятия<br>ОПК-7.3 Владеет методиками проведения работы по предотвращению применения допинга |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1. Введение.

Тема 1.1 История допинга и антидопингового контроля. Определение допинга.

Раздел 2. Борьба с допингом в спорте.

Тема 2.1 Международные и государственные мероприятия по борьбе с допингом

Тема 2.2 Всемирный антидопинговый кодекс, Копенгагенская декларация и Конвенция ЮНЕСКО

Тема 2.3 Международные стандарты

Тема 2.4 Борьба с допингом

Раздел 3. Наука и медицина.

Тема 3.1 Разрешение на терапевтическое использование.

Тема 3.2 Генный допинг.

Тема 3.3 Улучшение спортивных результатов без применения допинга.

Раздел 4. Последствия применения допинга.

Тема 4.1 Этические нормы и допинг.

Тема 4.2 Последствия применения допинга для здоровья.

Тема 4.3 Последствия для спортивной карьеры.

Раздел 5. Антидопинговые мероприятия

Тема 5.1 Группы риска, признаки применения и симптомы.

Тема 5.2 Предотвращение применения допинга.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» (Б1.О.24)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 5 семестр<br>заочная: 5, 6 семестр             |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью дисциплины для является овладение современными научными знаниями в области гигиены физкультурно-спортивной деятельности, овладение практическими навыками формирования здорового образа жизни и эффективного применения различных гигиенических факторов в профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- овладение студентами научными знаниями и практическими навыками комплексного применения различных гигиенических факторов для сохранения и укрепления здоровья населения;
- формирования здорового образа жизни среди различных контингентов населения;
- целенаправленное использование различных гигиенических факторов для повышения оздоровительного эффекта занятий физическими упражнениями и достижения высоких спортивных результатов.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                    | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК–5 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни | ОПК-5.1 Знает роль, структуру и функции физической культуры и спорта, рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, краеведения, природной среды, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, механизмы и приемы формирования мотивации на ведение здорового образа жизни<br>ОПК-5.2 Умеет проводить мероприятия по формированию осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни<br>ОПК-5.3 Владеет методикой формирования осознанного отношения к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни |
| ОПК–6 Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь                                                                        | ОПК-6.1 Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи применяемые в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.2 Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.3 Владеет навыками обеспечения безопасности при проведении занятий, физкультурно-спортивных, рекреационных, туристско-краеведческих мероприятий и соревнований                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Предмет и задачи гигиены
- Тема 2. Гигиена воздушной среды
- Тема 3. Гигиена водной среды и почвы.
- Тема 4. Основы здорового образа жизни
- Тема 5. Профилактика вредных привычек
- Тема 6. Профилактика инфекционных заболеваний

- Тема 7. Закаливание
- Тема 8. Гигиенические требования к пище и питанию различных групп населения и спортсменов
- Тема 9. Гигиеническое значение витаминов и минеральных веществ
- Тема 10. Пищевой рацион и режим питания.
- Тема 11. Гигиенические требования к спортивным сооружениям
- Тема 12. Система гигиенического обеспечения в спорте
- Тема 13. Гигиена физической культуры разных возрастных групп



**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Спортивная физиология» (Б1.О.25)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 5 семестр<br>заочная: 5, 6 семестры            |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачётных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель освоения дисциплины – формирование у обучающихся знаний физиологических особенностей физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста, использование знаний о медико-биологических основах тренировки в избранном виде спорта.

Задачи дисциплины:

- изучить принципы адаптации и закономерности функционирования организма при выполнении физических упражнений с учетом пола и возраста, а также медико-биологические основы тренировки в избранном виде спорта;

- овладеть умениями и практическими навыками в части определения физиологического влияния физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста, использования знаний о медико-биологических основах тренировки в избранном виде спорта.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                       | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки.<br>ОПК-1.2 Умеет планировать содержание занятий физической культурой и спортом. |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1 Общая спортивная физиология

Тема 1.1 Адаптация к мышечной деятельности. Функциональные резервы организма.

Тема 1.2 Функциональные изменения в организме при физических нагрузках.

Тема 1.3 Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности.

Тема 1.4 Физическая работоспособность спортсмена.

Тема 1.5 Физиологические основы утомления спортсменов.

Тема 1.6 Физиологическая характеристика восстановительных процессов.

Раздел 2 Частная спортивная физиология

Тема 2.1 Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений

Тема 2.2 Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств и двигательных навыков

Тема 2.3 Физиологические основы развития тренированности

Тема 2.4 Физиологические основы спортивной тренировки женщин

Тема 2.5 Спортивная работоспособность в особых условиях внешней среды.

Тема 2.6 Физиологические основы спортивного отбора

Тема 2.7 Физиологические особенности мышечной деятельности детей и подростков

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Пропаганда и связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта» (Б1.О.26)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 6 семестр<br>заочная: 5, 6 семестр             |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся базовых знаний, умений и компетенций в области пропаганды и связей с общественностью сферы физической культуры и спорта и реализации их в практической деятельности в современном обществе.

Задачи дисциплины:

- сформировать теоретические основы знаний о пропаганде и связях с общественностью в сфере физической культуры и спорта;
- сформировать умения применять формы, методы и приёмы пропаганды в сфере физической культуры, спорта.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                    | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)                                                                                            | УК-4.2 Умеет логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)<br>УК-4.3 Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| ОПК-5 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни | ОПК-5.1 Знает роль, структуру и функции физической культуры и спорта, рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, краеведения, природной среды, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, механизмы и приемы формирования мотивации на ведение здорового образа жизни<br>ОПК-5.2 Умеет проводить мероприятия по формированию осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни |

**3 Структура дисциплины**

Тема 1. Введение в предмет. Роль пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта.

Тема 2. История развития пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта.

Тема 3. Имидж в спорте и физической культуре.

Тема 4. Целевые аудитории в связях с общественностью.

Тема 5. Организация и проведение пропагандистских кампаний в сфере физической культуры и спорта.

Тема 6. Организация специальных событий.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Менеджмент физической культуры и спорта» (Б1.О.27)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 6 семестр<br>заочная: 5,6 семестр              |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является ознакомление обучающихся с основами управления отраслью «Физическая культура и спорт» и функционированием физкультурно-спортивных организаций в условиях рыночной экономики.

Задачи дисциплины:

- сформировать представление об основах менеджмента в физической культуре и спорте;
- изучить основы теории социального управления физкультурно-спортивными организациями в современных условиях.
- изучить направления совершенствования хозяйственного механизма деятельности физкультурно-спортивных организаций, принятия обоснованных управленческих решений.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                  | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.                | УК-2.1 Знает алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения.<br>УК-2.2 Умеет определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.<br>УК-2.3 Владеет инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. |
| ОПК-10 Способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников туристских и рекреационных мероприятий, в том числе с учетом различной возрастно-половой группы.             | ОПК-10.1 Знает функции участников деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования и принципы организации их совместной деятельности; особенности профессиональной этики.<br>ОПК-10.2 Умеет устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации участников в процессе деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования с соблюдением профессиональной этики.                                                                 |
| ОПК-12 Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры, спорта и туризма и нормами профессиональной этики.         | ОПК-12.1 Знает нормативные правовые акты в сфере физической культуры, спорта и туризма и нормы профессиональной этики.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| ОПК-13 Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий. | ОПК-13.1 Знает особенности организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий.<br>ОПК-13.2 Умеет планировать и организовывать рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия.                                                                                                                                                                                  |
| ОПК-14 Способен внедрять инновационные технологии туристских, рекреационно-оздоровительных и фитнес услуг.                                                                                      | ОПК-14.1 Знает методы поиска, оценки, выбора и алгоритм внедрения инновационных технологий туристских, рекреационно-оздоровительных и фитнес услуг.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

### **3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Система управления физической культурой и спортом
- Тема 2. Физкультурно-спортивная организация как объект спортивного менеджмента
- Тема 3. Функции и методы спортивного менеджмента
- Тема 4. Технологии спортивного менеджмента
- Тема 5. Управление персоналом в сфере физической культуры и спорта
- Тема 6. Методическое обеспечение в системе менеджмента физической культуры и спорта
- Тема 7. Ивент-менеджмент в спорте

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Менеджмент физической культуры и спорта» (Б1.О.27)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 6 семестр<br>заочная: 5,6 семестр              |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является ознакомление обучающихся с основами управления отраслью «Физическая культура и спорт» и функционированием физкультурно-спортивных организаций в условиях рыночной экономики.

Задачи дисциплины:

- сформировать представление об основах менеджмента в физической культуре и спорте;
- изучить основы теории социального управления физкультурно-спортивными организациями в современных условиях.
- изучить направления совершенствования хозяйственного механизма деятельности физкультурно-спортивных организаций, принятия обоснованных управленческих решений.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                  | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.                | УК-2.1 Знает алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения.<br>УК-2.2 Умеет определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.<br>УК-2.3 Владеет инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. |
| ОПК-10 Способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников туристских и рекреационных мероприятий, в том числе с учетом различной возрастно-половой группы.             | ОПК-10.1 Знает функции участников деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования и принципы организации их совместной деятельности; особенности профессиональной этики.<br>ОПК-10.2 Умеет устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации участников в процессе деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования с соблюдением профессиональной этики.                                                                 |
| ОПК-12 Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры, спорта и туризма и нормами профессиональной этики.         | ОПК-12.1 Знает нормативные правовые акты в сфере физической культуры, спорта и туризма и нормы профессиональной этики.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| ОПК-13 Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий. | ОПК-13.1 Знает особенности организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий.<br>ОПК-13.2 Умеет планировать и организовывать рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия.                                                                                                                                                                                  |
| ОПК-14 Способен внедрять инновационные технологии туристских, рекреационно-оздоровительных и фитнес услуг.                                                                                      | ОПК-14.1 Знает методы поиска, оценки, выбора и алгоритм внедрения инновационных технологий туристских, рекреационно-оздоровительных и фитнес услуг.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

### **3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Система управления физической культурой и спортом
- Тема 2. Физкультурно-спортивная организация как объект спортивного менеджмента
- Тема 3. Функции и методы спортивного менеджмента
- Тема 4. Технологии спортивного менеджмента
- Тема 5. Управление персоналом в сфере физической культуры и спорта
- Тема 6. Методическое обеспечение в системе менеджмента физической культуры и спорта
- Тема 7. Ивент-менеджмент в спорте

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Спортивные сооружения» (Б1.О.29)**

|                                                 |                                                              |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | <i>49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм</i> |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | <i>«Спортивно-оздоровительный туризм»</i>                    |
| Квалификация выпускника                         | <i>бакалавр</i>                                              |
| Форма обучения, семестр                         | <i>очная: 6 семестр<br/>заочная: 7,8 семестр</i>             |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | <i>зачётных единиц: 2<br/>часов: 72</i>                      |
| Промежуточная аттестация                        | <i>зачет</i>                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины**

Целью дисциплины является формирование у обучающихся компетенций в сфере материально-технического обеспечения; знакомство с основными понятиями, проблемами и направлениями современных спортивных сооружений в России и за рубежом.

Задачи дисциплины:

- изучение обучающимися требований к спортивным сооружениям различного назначения, основным и вспомогательным;
- приобретение знаний, умений и навыков в оборудовании спортивных сооружений, его установки, изготовления и эксплуатации;
- освоение перечня основных видов работ по строительству, оборудованию и эксплуатации отдельных плоскостных спортивных сооружений.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемая компетенция</i>                                                                                                                                                     | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-15 Способен осуществлять материально техническое сопровождение рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий | ОПК-15.1 Знает требования к материально-техническому оснащению рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий<br>ОПК-15.2 Умеет выбирать средства материально-технического оснащения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий<br>ОПК-15.3 Имеет опыт составления плана материально-технического обеспечения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Введение в предмет
- Тема 2. Общие требования к спортивным сооружениям.
- Тема 3. Эксплуатация открытых спортивных сооружений
- Тема 4. Спортивное ядро
- Тема 5. Сооружения для занятий лыжным и конькобежным спортом
- Тема 6. Общие требования к крытым спортивным сооружениям
- Тема 7. Спортивные залы по видам спорта
- Тема 8. Вспомогательные помещения спортивных сооружений
- Тема 9. Обследование спортивного корпуса

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Теория спорта» (Б1.О.30)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 6 семестр<br>заочная: 7,8 семестр              |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся знаний об объективных закономерностях, процессах и явлениях спортивной деятельности.

Задачи дисциплины:

- овладеть понятийным аппаратом, используемым как в теории спорта, так и в методологии отдельных видов спортивной деятельности;
- ознакомиться с системой спортивной деятельности, рассмотреть её компоненты и их связи;
- изучить функционирование и внутрисистемные отношения основных компонентов системы спортивной деятельности (спортивная тренировка, соревновательная деятельность, средства восстановления и реабилитации, отбор, прогнозирование и моделирование в спорте и т.п.);
- научиться анализировать (на основе гипотетико-дедуктивных теорий) состояние основных компонентов спортивной деятельности на примере частных случаев в отдельных видах спорта;
- вскрыть проблемы современного спортивного движения и наметить пути их преодоления;
- получить теоретические навыки интерпретации результатов оценки спортивной деятельности.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                        | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся | ОПК-9.1 Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния занимающихся.<br>ОПК-9.2 Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся, интерпретировать результаты контроля. |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1. Общая характеристика спорта

Тема 1.1 Характеристика спорта как общественного явления

Раздел 2. Система спортивных соревнований и характеристика соревновательной деятельности

Тема 2.1 Характеристика спортивных соревнований и соревновательной деятельности

Раздел 3. Спортивные достижения и тенденции их развития. Современные проблемы и тенденции развития спорта высших достижений

Тема 3.1 Социальная значимость спортивных достижений и организация развития спорта высших достижений

Раздел 4. Система спортивной подготовки

Тема 4.1 Цель задачи, средства и методы спортивной тренировки, тренировочные и соревновательные нагрузки

Тема 4.2 Основы построения многолетней спортивной тренировки, принципы построения многолетнего тренировочного процесса

Тема 4.3 Методика развития физических способностей

Тема 4.4 Техническая, тактическая и психическая подготовка

Тема 4.5 Основные технологические подходы к построению тренировочных циклов (большие, средние, малые)

Раздел 5. Система восстановления и повышения работоспособности

Тема 5.1 Естественные и искусственно управляемые условия внешней среды для повышения эффективности тренировочной и соревновательной деятельности. Восстановление и адаптация в спорте

Раздел 6. Управление процессом совершенствования спортивного мастерства

Тема 6.1 Компоненты управления системой многолетней подготовки спортсмена



**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Спортивная метрология» (Б1.О.31)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 6 семестр<br>заочная: 7, 8 семестр             |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся компетенций для решения профессиональных задач в области комплексного контроля в соревновательном и тренировочном процессе; планирование и проведение экспериментальной работы по измерению различных показателей физического состояния, уровня тренированности спортсменов и занимающихся физической культурой; обработка и анализ полученных в ходе практической работы результатов.

Задачи дисциплины:

- сформировать у будущих бакалавров базовые теоретические знания фундаментальных разделов спортивной метрологии для дальнейшего их применения в практической деятельности;
- сформировать навыки применения информационных технологий для математической обработки данных, использования метрологически обоснованных средств и методов измерения и контроля в физической культуре и спорте;
- сформировать приемы метрологически грамотного использования измерительной информации для обработки и анализа показателей физической, тактической, технической, теоретической подготовленности спортсменов и их соревновательных и тренировочных нагрузок;
- развить умения сбора, обработки информации о физических показателях и характеристиках, анализа и практической интерпретации полученных результатов.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                        | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся | ОПК-9.1 Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния занимающихся<br>ОПК-9.2 Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся, интерпретировать результаты контроля<br>ОПК-9.3 Владеет методиками контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся |
| ОПК-11 Способен проводить исследования по определению эффективности, используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности      | ОПК-11.1 Знает основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования<br>ОПК-11.2 Умеет разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности                                                                            |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Основы теории измерений.
- Тема 2. Математико-статистическая обработка результатов спортивно-педагогических измерений.
- Тема 3. Основы квалиметрии.
- Тема 4. Основы теории тестов.
- Тема 5. Основы теории оценок.
- Тема 6. Метрологические основы комплексного контроля подготовленности спортсменов.
- Тема 7. Структура подсистем педагогического контроля в видах спорта.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Спортивная метрология» (Б1.О.31)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 6 семестр<br>заочная: 7, 8 семестр             |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся компетенций для решения профессиональных задач в области комплексного контроля в соревновательном и тренировочном процессе; планирование и проведение экспериментальной работы по измерению различных показателей физического состояния, уровня тренированности спортсменов и занимающихся физической культурой; обработка и анализ полученных в ходе практической работы результатов.

Задачи дисциплины:

- сформировать у будущих бакалавров базовые теоретические знания фундаментальных разделов спортивной метрологии для дальнейшего их применения в практической деятельности;
- сформировать навыки применения информационных технологий для математической обработки данных, использования метрологически обоснованных средств и методов измерения и контроля в физической культуре и спорте;
- сформировать приемы метрологически грамотного использования измерительной информации для обработки и анализа показателей физической, тактической, технической, теоретической подготовленности спортсменов и их соревновательных и тренировочных нагрузок;
- развить умения сбора, обработки информации о физических показателях и характеристиках, анализа и практической интерпретации полученных результатов.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                        | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся | ОПК-9.1 Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния занимающихся<br>ОПК-9.2 Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся, интерпретировать результаты контроля<br>ОПК-9.3 Владеет методиками контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся |
| ОПК-11 Способен проводить исследования по определению эффективности, используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности      | ОПК-11.1 Знает основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования<br>ОПК-11.2 Умеет разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности                                                                            |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Основы теории измерений.
- Тема 2. Математико-статистическая обработка результатов спортивно-педагогических измерений.
- Тема 3. Основы квалиметрии.
- Тема 4. Основы теории тестов.
- Тема 5. Основы теории оценок.
- Тема 6. Метрологические основы комплексного контроля подготовленности спортсменов.
- Тема 7. Структура подсистем педагогического контроля в видах спорта.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Теория и методика обучения базовым видам спорта: самооборона (самбо)» (Б1.О.32.01)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 1 семестр<br>заочная: 1,2 семестр              |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачётных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель дисциплины – формирование у обучающихся по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм, знаний теоретических и методических основ использования средств самообороны в педагогической деятельности с различным возрастным контингентом, а также формирование у обучающихся необходимых компетенций, направленных на изучение теории и практики проведения занятий по самообороне.

Задачи дисциплины:

- изучить особенности организации, обеспечения и проведения учебных занятий и спортивно-массовых мероприятий в самбо;
- ознакомить с особенностями техники и тактики, психологической и физической подготовки спортсменов самбо;
- сформировать способности студентов правильно ориентироваться в решении профессиональных задач, связанных с теорией и практикой спортивной тренировки и единоборств.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                       | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста.                                    | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки<br>ОПК-1.2 Умеет планировать содержание занятий физической культурой и спортом<br>ОПК-1.3 Владеет технологиями планирования занятий физической культурой и тренировочного процесса для различных категорий занимающихся                                                                                |
| ОПК-2 Способен проводить занятия физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке. | ОПК-2.1 Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий<br>ОПК-2.2 Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий и рекреационных мероприятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений<br>ОПК-2.3 Владеет методикой проведения занятий и рекреационных мероприятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности |
| ОПК-6 Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь                                                                                           | ОПК-6.1 Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи применяемые в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.2 Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.3 Владеет навыками обеспечения безопасности при проведении занятий, физкультурно-спортивных, рекреационных, туристско-краеведческих мероприятий и соревнований                                                                                                         |

|                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>ОПК-13 Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, краеведческие и туристские мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий</p> | <p>ОПК-13.1 Знает особенности организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий<br/> ОПК-13.2 Умеет планировать и организовывать рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия<br/> ОПК-13.3 Владеет методикой организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### **3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Судейство, правила и организация соревнований по самбо.
- Тема 2. Система упражнений самбиста.
- Тема 3. Совершенствование технической подготовки.
- Тема 4. Совершенствование тактической подготовки.
- Тема 5. Совершенствование специальной физической подготовки.
- Тема 6. Особенности психологической подготовки самбистов.
- Тема 7. Совершенствование приёмов нападения и защиты.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика» (Б1.О.32.02)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 1,2 семестр<br>заочная: 1,2 семестр            |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачётных единиц: 4<br>часов: 144                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель дисциплины – формирование у бакалавров по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм, профессионально-педагогических знаний, умений и компетенций, необходимых для формирования теоретических и методических основ использования средств гимнастики в профессиональной деятельности с различным возрастным контингентом, а также формирование у обучающихся компетенций, направленных на изучение теории и практики проведения занятий по гимнастике.

Задачи дисциплины:

– формирование у обучающихся специальных знаний в области гимнастики, организаторских и профессиональных знаний, умений и навыков, необходимых для успешной профессиональной деятельности.

– развитие психомоторных способностей, необходимых для успешного овладения гимнастическими упражнениями различной сложности, профессионально-прикладными двигательными умениями и навыками.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                       | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста.                                    | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки<br>ОПК-1.2 Умеет планировать содержание занятий физической культурой и спортом |
| ОПК-2 Способен проводить занятия физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке. | ОПК-2.1 Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий<br>ОПК-2.2 Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий и рекреационных мероприятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений    |
| ОПК-6 Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь                                                                                           | ОПК-6.1 Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи применяемые в процессе физкультурно-спортивной деятельности                                                                                                                                                                                     |
| ОПК-13 Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий                                                                       | ОПК-13.1 Знает особенности организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий                                                                                                                                                                                   |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Введение в предмет.
- Тема 2. Общеразвивающие упражнения и методика их проведения.
- Тема 3. Термины основных групп гимнастических средств.
- Тема 4. Методика проведения общеразвивающих упражнений (ОРУ).

- Тема 5. Комплексы ОРУ для развития физических качеств.
- Тема 6. Методика проведения строевых упражнений
- Тема 7. Общеразвивающие упражнения с предметами.
- Тема 8. Общеразвивающие упражнения с предметами для развития физических качеств.
- Тема 9. Музыкальное сопровождение занятий гимнастикой.
- Тема 10. Гимнастическая терминология.
- Тема 11. Терминология общеразвивающих упражнений.
- Тема 12. Методика обучения гимнастическим упражнениям.
- Тема 13. Урок гимнастики в школе.
- Тема 14. Методика обучения акробатическим упражнениям.
- Тема 15. Методика обучения опорным прыжкам.
- Тема 16. Методика обучения упражнениям в висах и упорах.
- Тема 17. Методика обучения упражнениям в равновесии.
- Тема 18. Методика проведения школьного урока по гимнастике.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины**

**«Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика» (Б1.О.32.03)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 1,2 семестр<br>заочная: 1,2 семестр            |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачётных единиц: 4<br>часов: 144                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1. Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины у обучающихся является формирование профессионально-педагогических знаний, умений и компетенций, необходимых для организации обучения видам легкой атлетики в общеобразовательных школах, средних, специальных и высших учебных заведениях, а также формирование у обучающихся компетенций, предусмотренных ФГОС ВО, направленных на изучение теории и практики проведения занятий по легкой атлетике.

Задачи дисциплины:

- решать образовательные задачи в рамках образовательных учреждений дошкольного, общего и профессионального образования, ориентированные на анализ научной и научно-практической литературы и обобщение практики в области физической культуры;
- обеспечивать уровень подготовленности занимающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков в легкой атлетике, а также достаточный уровень физической подготовленности обучающихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности;
- формирование комплекса двигательных навыков и физических качеств, необходимых в профессиональной деятельности бакалавра по физической культуре;
- способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий физической культурой и спортом, ее приобщению к общечеловеческим ценностям к здоровому стилю жизни.

**2. Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                        | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста                                      | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки<br>ОПК-1.2 Умеет планировать содержание занятий физической культурой и спортом<br>ОПК-1.3 Владеет технологиями планирования занятий физической культурой и тренировочного процесса для различных категорий занимающихся                                                                                |
| ОПК-2 Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке. | ОПК-2.1 Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий<br>ОПК-2.2 Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий и рекреационных мероприятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений<br>ОПК-2.3 Владеет методикой проведения занятий и рекреационных мероприятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности |
| ОПК-6 Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь                                                                                            | ОПК-6.1 Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи применяемые в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.2 Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.3 Владеет навыками обеспечения безопасности при                                                                                                                                                                                                                        |

|                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                | проведении занятий, физкультурно-спортивных, рекреационных, туристско-краеведческих мероприятий и соревнований                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| ОПК-13 Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий | ОПК-13.1 Знает особенности организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий<br>ОПК-13.2 Умеет планировать и организовывать рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия<br>ОПК-13.3 Владеет методикой организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий |

### 3. Структура дисциплины

Тема 1. История развития легкой атлетики. Классификация легкоатлетических упражнений

Тема 2. Общие основы техники легкоатлетических упражнений (бег, прыжки, метания)

Тема 3. Подготовительная часть урока по легкой атлетике. «ОРУ, разновидности ходьбы и бега, специальные упражнения бегуна»

Тема 4. Общеразвивающие и специальные упражнения легкоатлета

Тема 5. Развитие скоростно-силовых качеств

Тема 6. Развитие ловкости и координации движений

Тема 7. Развитие силовых качеств

Тема 8. Техника бега на короткие дистанции

Тема 9. Техника эстафетного бега

Раздел 2. Методика преподавания легкой атлетики.

Тема 10. Урок – основная форма проведения занятий по легкой атлетике. Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой

Тема 11. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике

Тема 12. «Методика обучения технике бега на короткие дистанции»: Техника выполнения низкого старта; выбегания с низкого старта и стартовый разгон; бег по прямой и финиширование.

Тема 13. «Обучение технике эстафетного бега»

Тема 14. Изучение и практическое применение методики обучения технике прыжка в длину, с разбега способом согнув ноги».

Тема 15. «Изучение и практическое применение методики обучения технике прыжка в высоту, способом «перешагивание». Разбег, отталкивание, переход через планку, приземление.

Тема 16. «Изучение и практическое применение методики обучения технике метаний».

Тема 17. «Методика обучения технике спортивной ходьбы». Овладение элементами техники движений и техникой ходьбы в целом.

Тема 18. Выполнение контрольных нормативов



**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Теория и методика обучения базовым видам спорта: лыжный спорт» (Б1.О.32.04)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 1, 2 семестр<br>заочная: 1, 2 семестр          |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель дисциплины – формирование у обучающихся профессиональных умений и навыков для успешного решения основных задач физического воспитания в различных образовательных учреждениях и спортивных организациях, а также формирование у обучающихся необходимых компетенций, направленных на изучение теории и практики проведения занятий по лыжным гонкам.

Задачи дисциплины:

- изучить историю возникновения лыжного спорта, его место и значения в системе физического воспитания школьников и взрослого населения;
- овладеть техникой основных способов передвижения на лыжах;
- приобрести знания, умения и навыки, необходимые для успешной самостоятельной организационной и педагогической работы по лыжной подготовке и лыжному спорту с учащимися образовательных учреждений;
- приобрести умения по методике обучения способам передвижения на лыжах;
- приобрести знания и умения по организации оздоровительных занятий на лыжах с взрослым населением.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                       | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста                                     | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки.<br>ОПК-1.2 Умеет планировать содержание занятий физической культурой и спортом.<br>ОПК-1.3 Владеет технологиями планирования занятий физической культурой и тренировочного процесса для различных категорий занимающихся.                                                                             |
| ОПК-2 Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке | ОПК-2.1 Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий<br>ОПК-2.2 Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий и рекреационных мероприятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений<br>ОПК-2.3 Владеет методикой проведения занятий и рекреационных мероприятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности |
| ОПК-6 Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь                                                                                           | ОПК-6.1 Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи применяемые в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.2 Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.3 Владеет навыками обеспечения безопасности при проведении занятий, физкультурно-спортивных, рекреационных, туристско-краеведческих мероприятий и соревнований                                                                                                         |

ОПК-13 Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий

ОПК-13.1 Знает особенности организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий  
ОПК-13.2 Умеет планировать и организовывать рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия  
ОПК-13.3 Владеет методикой организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий

### **3 Структура дисциплины**

Раздел 1. Лыжный спорт в системе физического воспитания.

Тема 1.1 Введение в предмет. Классификация лыжного спорта.

Раздел 2. История развития лыжного спорта.

Тема 2.1 Возникновение и развитие лыжного спорта в России.

Раздел 3. Основы техники передвижения на лыжах.

Тема 3.1 Способы передвижения на лыжах и техника их выполнения.

Раздел 4. Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам

Тема 4.1 Значение, классификация, планирование соревнований.

Тема 4.2 Правила соревнований, подготовка судей. Состав ГСК, жюри и его обязанности.

Тема 4.3 Подготовка и проведение соревнований по лыжным гонкам.

Раздел 5. Методика обучения способам передвижения на лыжах.

Тема 5.1 Основы методики обучения в лыжных гонках. Задачи обучения. Дидактические принципы, форма занятий.

Тема 5.2 Методика обучения технике основных способов передвижения на лыжах.

Тема 5.3 Методика тренировки в лыжных гонках.

Раздел 6. Организация процесса обучения в различных звеньях образовательной системы.

Тема 6.1 Содержание раздела лыжной подготовки в учебных заведениях различного профиля.

Тема 6.2 Особенности проведения занятий с различными категориями населения.

Тема 6.3 Техника безопасности на занятиях лыжным спортом. Выбор оборудования и подготовка лыжного инвентаря.

Тема 6.4 Обучение способам передвижения на лыжах.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины**

**«Теория и методика обучения базовым видам спорта: подвижные игры» (Б1.О.32.05)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 2 семестр<br>заочная: 3 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является изучение теории и практики проведения занятий по спортивным и подвижным играм, овладение технологиями планирования и проведения спортивно-массовых мероприятий для осуществления профессиональной образовательной и рекреационной деятельности.

Задачи дисциплины:

- формирование профессионально-прикладных навыков, необходимых для процесса обучения спортивным и подвижным играм, а также навыков организации и проведения соревнований, осуществления судейства;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовки, определяющей психофизическую готовность обучающихся к будущей профессии;
- освоение методики организации и проведения подвижных игр в различных возрастных группах с целью последующего использования их на занятиях в различных формах работы;
- создание условий для приобретения знаний, умений и навыков, необходимых для самостоятельной педагогической работы.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                        | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста                                  | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки<br>ОПК-1.2 Умеет планировать содержание занятий физической культурой и спортом<br>ОПК-1.3 Владеет технологиями планирования занятий физической культурой и тренировочного процесса для различных категорий занимающихся                                                                                |
| ОПК-2. Способен проводить занятия физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке. | ОПК-2.1 Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий<br>ОПК-2.2 Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий и рекреационных мероприятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений<br>ОПК-2.3 Владеет методикой проведения занятий и рекреационных мероприятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности |
| ОПК-6 Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь                                                                                            | ОПК-6.1 Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи применяемые в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.2 Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.3 Владеет навыками обеспечения безопасности при проведении занятий, физкультурно-спортивных, рекреационных, туристско-краеведческих мероприятий и соревнований                                                                                                         |

|                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-13 Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий | ОПК-13.1 Знает особенности организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий<br>ОПК-13.2 Умеет планировать и организовывать рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 3 Структура дисциплины

- Тема 1. Введение в предмет. Сущность игры, ее место и значение в жизни человека
- Тема 2. Основные требования к организации и проведению подвижных игр
- Тема 3. Игры для решения различных педагогических задач с общей направленностью
- Тема 4. Подвижные игры на школьном уроке физической культуры
- Тема 5. Подвижные игры в различных формах работы с обучающимися
- Тема 6. Организация, проведение, анализ и оценка проведения игр, эстафет и физкультурно-спортивных мероприятий в сфере образования

**рабочей программы дисциплины  
«Теория и методика обучения базовым видам спорта: волейбол» (Б1.О.32.06)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 3 семестр<br>заочная: 3,4 семестр              |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачётных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель дисциплины – формирование у бакалавров компетенций, предусмотренных ФГОС и направленных на изучение теории и практики проведения занятий по спортивным играм, в частности по волейболу, овладение технологий планирования и проведения мероприятий для осуществления профессиональной образовательной деятельности.

Задачи дисциплины:

- формирование профессионально-прикладных навыков, необходимых для процесса обучения спортивным играм, а также навыков организации и проведения соревнований, осуществления судейства;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовки, определяющей психофизическую готовность обучающихся к будущей профессии;
- создание условий для приобретения знаний, умений и навыков, необходимых для самостоятельной педагогической работы.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                       | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста.                                    | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки.<br>ОПК-1.2 Умеет планировать содержание занятий физической культурой и спортом.<br>ОПК-1.3 Владеет технологиями планирования занятий физической культурой и тренировочного процесса для различных категорий занимающихся.                                                                             |
| ОПК-2 Способен проводить занятия физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке. | ОПК-2.1 Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий<br>ОПК-2.2 Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий и рекреационных мероприятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений<br>ОПК-2.3 Владеет методикой проведения занятий и рекреационных мероприятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности |
| ОПК-6 Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь                                                                                           | ОПК-6.1 Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи применяемые в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.2 Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.3 Владеет навыками обеспечения безопасности при проведении занятий, физкультурно-спортивных, рекреационных, туристско-краеведческих мероприятий и соревнований                                                                                                         |
| ОПК-13 Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство                                                                                   | ОПК-13.1 Знает особенности организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий<br>ОПК-13.2 Умеет планировать и организовывать рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия<br>ОПК-13.3 Владеет методикой организации и судейства                                                                                                                                                                                              |

мероприятий

рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых,  
туристских, краеведческих и спортивных мероприятий

### 3 Структура дисциплины

- Тема 1. Правила и организация соревнований по волейболу
- Тема 2. Методика обучения техническим приемам
- Тема 3. Предварительная подготовка. Стойки и перемещения
- Тема 4. Методика обучения передаче мяча двумя руками сверху
- Тема 5. Совершенствование передачи мяча двумя руками сверху
- Тема 6. Методика обучения нижней прямой подаче
- Тема 7. Методика обучения передаче мяча двумя руками снизу
- Тема 8. Совершенствование передачи мяча двумя руками снизу
- Тема 9. Методика обучения приему мяча одной рукой. Методика обучения верхней прямой подаче
- Тема 10. Совершенствование верхней прямой подачи
- Тема 11. Методика обучения нападающему удару с разбега. Совершенствование нападающего удара с разбега
- Тема 12. Методика обучения одиночному и групповому блокированию, совершенствование одиночного и группового блокирования
- Тема 13. Двусторонняя учебная игра. Судейство игры
- Тема 14. Организация и методика проведения занятия по волейболу

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Теория и методика обучения базовым видам спорта: баскетбол» (Б1.О.32.07)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 4 семестр<br>заочная: 3,4 семестр              |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачётных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель дисциплины – формирование у обучающихся компетенций, предусмотренных ФГОС и направленных на изучение теории и практики проведения занятий по спортивным играм, в частности по баскетболу, овладение технологией планирования и проведения мероприятий для осуществления профессиональной образовательной деятельности.

Задачи дисциплины:

- сформировать профессионально-прикладные навыки, необходимые для процесса обучения спортивным играм, а также навыки организации и проведения соревнований, осуществления судейства;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовки, определяющей психофизическую готовность обучающихся к будущей профессии;
- создать условия для приобретения знаний, умений и навыков, необходимых для самостоятельной педагогической работы.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                       | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста.                                    | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки<br>ОПК-1.2 Умеет планировать содержание занятий физической культурой и спортом<br>ОПК-1.3 Владеет технологиями планирования занятий физической культурой и тренировочного процесса для различных категорий занимающихся                                                                                |
| ОПК-2 Способен проводить занятия физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке. | ОПК-2.1 Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий<br>ОПК-2.2 Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий и рекреационных мероприятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений<br>ОПК-2.3 Владеет методикой проведения занятий и рекреационных мероприятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности |
| ОПК-6 Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь                                                                                           | ОПК-6.1 Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи применяемые в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.2 Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.3 Владеет навыками обеспечения безопасности при проведении занятий, физкультурно-спортивных, рекреационных, туристско-краеведческих мероприятий и соревнований                                                                                                         |
| ОПК-13 Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также                                                                                                          | ОПК-13.1 Знает особенности организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий<br>ОПК-13.2 Умеет планировать и организовывать рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия                                                                                                                                                                                                                                                    |

|                          |           |                                                                                                                                                            |
|--------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| осуществлять мероприятия | судейство | ОПК-13.3 Владеет методикой организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий |
|--------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 3 Структура дисциплины

- Тема 1. Введение в предмет. Классификация техники игры. Техника нападения: техника передвижения
- Тема 2. Техника владения мячом (ведение). Техника защиты: техника передвижения, техника овладения мячом и противодействия
- Тема 3. Методика обучения основным способам передвижений и стойки готовности. Методика обучения технике ловли и передачи мяча на месте
- Тема 4. Методика обучения остановкам в баскетболе. Методика обучения технике ловли и передачи мяча в движении
- Тема 5. Методика обучения встречным передачам мяча в движении. Методика обучения дистанционным броскам с места
- Тема 6. Методика обучения стойке баскетболиста в защите
- Тема 7. Методика обучения броску мяча в движении
- Тема 8. Методика обучения ведению мяча. Методика обучения вырыванию мяча
- Тема 9. Методика обучения технике ведения мяча с изменением направления
- Тема 10. Методика обучения индивидуальным действиям в нападении
- Тема 11. Методика обучения индивидуальным действиям в защите
- Тема 12. Двусторонняя учебная игра по упрощенным правилам. Судейство игры
- Тема 13. Методика обучения технике добивания мяча. Совершенствование в технике поворотов
- Тема 14. Методика обучения перехвату мяча.
- Тема 15. Методика обучения выбиванию мяча. Обучение технике штрафного броска. Совершенствование техники броска мяча в движении.
- Тема 16. Совершенствование основных элементов техники баскетбола.
- Тема 17. Организация и методика проведения занятия по баскетболу



**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание» (Б1.О.32.08)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 3,4 семестр<br>заочная: 3,4 семестр            |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачётных единиц: 4<br>часов: 144                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины у обучающихся по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм, является - формирование компетенций, предусмотренных ФГОС, а также знаний, умений и навыков, необходимых для учебной, методической, организационной и судейской деятельности по плаванию в системе физической культуры и спорта.

Задачи дисциплины:

- ознакомить обучающихся с историей возникновения и развития плавания, правилами соревнований, техникой спортивного и прикладного плавания;
- сформировать теоретические знания и практические навыки плавания, методики начального обучения плаванию, прикладному плаванию;
- подготовить бакалавра к педагогической деятельности в области преподавания дисциплины «Плавание» во всех типах образовательных учреждениях, в организациях, на предприятиях;
- подготовить бакалавра к профессиональной деятельности в рамках дисциплины «Плавание», с учетом оздоровительных, рекреационных, восстановительных задач в физкультурно-спортивных, спортивно-зрелищных, туристских, реабилитационных и профилактических учреждениях.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                      | <i>Индикаторы достижения компетенций</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста.                                   | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки<br>ОПК-1.2 Умеет планировать содержание занятий физической культурой и спортом                                                                                                                                                                                                                         |
| ОПК-2 Способен проводить занятия физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке | ОПК-2.1 Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий<br>ОПК-2.2 Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий и рекреационных мероприятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений<br>ОПК-2.3 Владеет методикой проведения занятий и рекреационных мероприятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности |
| ОПК-6 Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь                                                                                          | ОПК-6.1 Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи применяемые в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.2 Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.3 Владеет навыками обеспечения безопасности при проведении занятий, физкультурно-спортивных, рекреационных, туристско-краеведческих мероприятий и соревнований                                                                                                         |

|                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>ОПК-13 Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий</p> | <p>ОПК-13.1 Знает особенности организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий<br/> ОПК-13.2 Умеет планировать и организовывать рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия<br/> ОПК-13.3 Владеет методикой организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 3 Структура дисциплины

Тема 1. Организационно-методическое обеспечение работы по плаванию в различных звеньях.

Тема 2. Гидростатика и гидродинамика плавания.

Тема 3. Подготовительные упражнения по освоению с водой.

Тема 4. Основы техники спортивных способов плавания: кроль на груди. Средства и методы обучения плаванию.

Тема 5. Основы техники спортивных способов плавания: кроль на спине. Средства и методы обучения плаванию.

Тема 6. Техника выполнения стартов и переворотов.

Тема 7. Материально-техническое обеспечение, организация и проведение соревнований по плаванию.

Тема 8. Основы техники спортивных способов плавания: брасс. Средства и методы обучения плаванию.

Тема 9. Основы техники спортивных способов плавания: баттерфляй (дельфин). Средства и методы обучения плаванию.

Тема 10. Комплексное плавание.

Тема 11. Прикладное плавание.

Тема 12. Техника спасения утопающих.

Тема 13. Игры и развлечения на воде.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Теория и методика обучения базовым видам спорта: туризм» (Б1.О.32.09)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 4 семестр<br>заочная: 3 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель дисциплины – формирование у обучающихся профессиональных умений и навыков для успешного решения основных задач в спортивном туризме, а также формирование у обучающихся необходимых компетенций, направленных на изучение теории и практики проведения практических занятий и спортивно-массовых мероприятий в спортивном туризме.

Задачи дисциплины:

- изучить терминологию и классификацию спортивного туризма, его место и значение в физической культуре;
- овладеть техникой передвижения на естественном рельефе в природной среде;
- приобрести знания, умения и навыки, необходимые для успешной самостоятельной, организационной и педагогической работы по спортивному туризму в системе всех уровней образования;
- приобрести умения по методике обучения туристской технике;
- приобрести знания и умения по организации спортивно-массовых туристских мероприятий с различными возрастными группами населения.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формулировка компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                      | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей анатомо-морфологических особенностей занимающихся различного пола и возраста              | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки<br>ОПК-1.2 Умеет планировать содержание занятий физической культурой и спортом<br>ОПК-1.3 Владеет технологиями планирования занятий физической культурой и тренировочного процесса для различных категорий занимающихся                                                                                |
| ОПК-2 Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке | ОПК-2.1 Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий<br>ОПК-2.2 Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий и рекреационных мероприятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений<br>ОПК-2.3 Владеет методикой проведения занятий и рекреационных мероприятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности |
| ОПК-6 Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь                                                                                           | ОПК-6.1 Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи применяемые в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.2 Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.3 Владеет навыками обеспечения безопасности при проведении занятий, физкультурно-спортивных, рекреационных, туристско-краеведческих мероприятий и соревнований                                                                                                         |

| <i>Формулировка компетенции</i>                                                                                                                                                                | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-13 Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий | ОПК-13.1 Знает особенности организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий<br>ОПК-13.2 Умеет планировать и организовывать рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия<br>ОПК-13.3 Владеет методикой организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий |

### **3 Структура дисциплины**

Тема 1. Характеристика туризма.

Тема 2. Организация и проведение многодневного похода

Тема 3. Личное и групповое снаряжение в туризме. Зимний полевой быт.

Тема 4. Организация питания в процессе проведения туристского мероприятия.

Тема 5. Техника передвижения в видах туризма.

Тема 6. Обеспечение безопасности при организации и проведении мероприятий.

Тема 7. Общая и специальная физическая подготовка в спортивном туризме.

Тема 8. Медицинское обеспечение туристских мероприятий. Профилактика травматизма.

Тема 9. Правила соревнований по спортивному туризму

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Основы спортивно-оздоровительного туризма» (Б1.О.33.01)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 2,3 семестр<br>заочная: 3 семестр              |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 4<br>часов: 144                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачет с оценкой                                       |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов целостного представления об общих основах теории и методики спортивно-оздоровительного туризма, основанного на усвоении теоретических знаний, овладении практическими умениями и организационными навыками деятельности.

Задачи дисциплины:

- приобретение теоретических знаний о спортивно-оздоровительном туризме;
- приобретение профессиональных умений необходимых для организации и проведения спортивно-оздоровительной деятельности и туристских походов выходного дня.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                    | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-5 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни | ОПК-5.1 Знает роль, структуру и функции физической культуры и спорта, рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, краеведения, природной среды, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, механизмы и приемы формирования мотивации на ведение здорового образа жизни.<br>ОПК-5.2 Умеет проводить мероприятия по формированию осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни.<br>ОПК-5.3 Владеет методикой формирования осознанного отношения к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни. |
| ОПК-13 Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий                                                    | ОПК-13.1 Знает особенности организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий.<br>ОПК-13.2 Умеет планировать и организовывать рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия.<br>ОПК-13.3 Владеет методикой организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| ОПК-15 Способен осуществлять материально-техническое сопровождение рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий                                                                | ОПК-15.1 Знает требования к материально-техническому оснащению рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий.<br>ОПК-15.2 Умеет выбирать средства материально-технического оснащения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий.<br>ОПК-15.3 Имеет опыт составления плана материально-технического обеспечения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий.                                                                                                                                                                                                                                                                |

**3 Структура дисциплины**

Тема 1. Основные понятия в туризме. Становление и развитие туризма.

- Тема 2. Структура управления туристской деятельностью. Основы туристского законодательства.
- Тема 3. Организация туристско-спортивных мероприятий и соревнований.
- Тема 4. Основы организации и проведения туристских походов.
- Тема 5. Изучение района проведения похода.
- Тема 6. Питание в туристских походах и соревнованиях.
- Тема 7. Основы ориентирования на местности.
- Тема 8. Техника бивачных работ. Привалы и ночлеги
- Тема 9. Обеспечение безопасности. Анализ несчастных случаев в туристской деятельности.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Основы спортивно-оздоровительного туризма» (Б1.О.33.01)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 2,3 семестр<br>заочная: 3 семестр              |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 4<br>часов: 144                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачет с оценкой                                       |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов целостного представления об общих основах теории и методики спортивно-оздоровительного туризма, основанного на усвоении теоретических знаний, овладении практическими умениями и организационными навыками деятельности.

Задачи дисциплины:

- приобретение теоретических знаний о спортивно-оздоровительном туризме;
- приобретение профессиональных умений необходимых для организации и проведения спортивно-оздоровительной деятельности и туристских походов выходного дня.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                    | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-5 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни | ОПК-5.1 Знает роль, структуру и функции физической культуры и спорта, рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, краеведения, природной среды, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, механизмы и приемы формирования мотивации на ведение здорового образа жизни.<br>ОПК-5.2 Умеет проводить мероприятия по формированию осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни.<br>ОПК-5.3 Владеет методикой формирования осознанного отношения к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни. |
| ОПК-13 Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий                                                    | ОПК-13.1 Знает особенности организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий.<br>ОПК-13.2 Умеет планировать и организовывать рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия.<br>ОПК-13.3 Владеет методикой организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| ОПК-15 Способен осуществлять материально-техническое сопровождение рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий                                                                | ОПК-15.1 Знает требования к материально-техническому оснащению рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий.<br>ОПК-15.2 Умеет выбирать средства материально-технического оснащения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий.<br>ОПК-15.3 Имеет опыт составления плана материально-технического обеспечения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий.                                                                                                                                                                                                                                                                |

**3 Структура дисциплины**

Тема 1. Основные понятия в туризме. Становление и развитие туризма.

Тема 2. Структура управления туристской деятельностью. Основы туристского законодательства.

- Тема 3. Организация туристско-спортивных мероприятий и соревнований.
- Тема 4. Основы организации и проведения туристских походов.
- Тема 5. Изучение района проведения похода.
- Тема 6. Питание в туристских походах и соревнованиях.
- Тема 7. Основы ориентирования на местности.
- Тема 8. Техника бивачных работ. Привалы и ночлеги
- Тема 9. Обеспечение безопасности. Анализ несчастных случаев в туристской деятельности.



**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Теория и методика физической рекреации» (Б1.О.33.02)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 3,4 семестр<br>заочная: 3,4 семестр            |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 5<br>часов: 180                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт, экзамен, курсовая работа                       |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является ознакомление обучающихся с основами содержания, определяющих методику проведения занятий в сфере физической культуры, спорта, рекреации и туризма с различным контингентом обучающихся и занимающихся.

Задачи дисциплины:

- сформировать представление об основах социального взаимодействия в сформировать представление об основах физической рекреации и изучить основные средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в различных видах спортивно-оздоровительного туризма;
- научить проводить занятия физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности с разными возрастными группами и уровнем физической подготовленности;
- научить организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, в том числе осуществлять судейство таких мероприятий.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                       | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста                                     | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки.<br>ОПК-1.2 Умеет планировать содержание занятий физической культурой и спортом.<br>ОПК-1.3 Владеет технологиями планирования занятий физической культурой и тренировочного процесса для различных категорий занимающихся.                                                                                                                                                                             |
| ОПК-2 Способен проводить занятия физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке. | ОПК-2.1 Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий.<br>ОПК-2.2 Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий и рекреационных мероприятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений.<br>ОПК-2.3 Владеет методикой проведения занятий и рекреационных мероприятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.                                                                                              |
| ОПК-10 Способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников туристских и рекреационных мероприятий, в том числе с учетом различной возрастнополовой группы                                                                                    | ОПК-10.1 Знает функции участников деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования и принципы организации их совместной деятельности; особенности профессиональной этики.<br>ОПК-10.2 Умеет устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации участников в процессе деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования с соблюдением профессиональной этики.<br>ОПК-10.3 Владеет навыками организации совместной деятельности и способами взаимодействия участников в процессе деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования с соблюдением профессиональной этики. |
| ОПК-13 Способен организовывать и проводить рекреационно-                                                                                                                                                                                                             | ОПК-13.1 Знает особенности организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

|                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществляют судейство мероприятий.                                               | ОПК-13.2 Умеет планировать и организовывать рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия.<br>ОПК-13.3 Владеет методикой организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий.                                                                                                                                                                                                                                                    |
| ОПК-15<br>Способен осуществлять материально-техническое сопровождение рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий | ОПК-15.1 Знает требования к материально-техническому оснащению рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий.<br>ОПК-15.2 Умеет выбирать средства материально-технического оснащения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий.<br>ОПК-15.3 Имеет опыт составления плана материально-технического обеспечения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий. |

### 3 Структура дисциплины

Тема 1. Основы физической рекреации. Средства и методы рекреационной деятельности

Тема 2. Рекреационный туризм.

Тема 3. Техническая и тактическая подготовка в различных видах спортивно-оздоровительного туризма.

Тема 4. Психологическая подготовка в различных видах спортивно-оздоровительного туризма.

Тема 5. Планирование содержания рекреационных мероприятий туристской направленности, с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.

Тема 6. Положение о рекреационно-массовых мероприятиях с использованием средств, методов и приемов спортивно-оздоровительного туризма и базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.

Тема 7. Организация и проведение рекреационных мероприятий: занятий физкультурно-спортивной направленности.

Тема 8. Организация и проведение игр на местности туристско-рекреационной направленности.

Тема 9. Разработка маршрута и составление плана похода выходного дня для различного уровня физической подготовленности и возраста.

Тема 10. Подготовка и проведение туристских слётов и соревнований для разных возрастных групп.

Тема 11. Организация туристского быта на рекреационно-туристских, краеведческих и спортивно-массовых мероприятиях.

Тема 12. Организация судейства на массовых соревнованиях по спортивно-оздоровительному туризму для различных групп населения.

Тема 13. Обеспечение безопасности при организации и проведении туристско-рекреационных мероприятий с разными возрастными группами.

Тема 14. Оказание первой помощи на массовых туристско-рекреационных мероприятиях.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Психология общения в туристской группе» (Б1.О.33.03)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 4 семестр<br>заочная: 3,4 семестр              |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов представления об общих основах теории и методике психологии избранного вида спорта, основанного на усвоении теоретических знаний, овладении практическими умениями.

Задачи дисциплины:

- приобретение теоретических знаний о психологии общения в туристской группе;
- приобретение профессиональных умений для психологического сопровождения туристской группы.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                              | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде                                                                                                    | УК-3.1 Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия<br>УК-3.2 Умеет устанавливать и поддерживать взаимодействие, обеспечивающее успешную работу в коллективе<br>УК-3.3 Владеет навыками социального взаимодействия в профессиональной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| ОПК-4 Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения. | ОПК-4.1 Знает основы общей педагогики и психологии, факторы формирования социально-значимых личностных качеств занимающихся<br>ОПК-4.2 Умеет решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту; проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения<br>ОПК-4.3 Владеет методикой воспитания у занимающихся социально-значимых личностных качеств, а также профилактики негативного социального поведения в процессе занятий |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Основы психологической подготовки туристов многоборцев.
- Тема 2. Формирование волевых качеств у туристов-многоборцев.
- Тема 3. Влияние психологической подготовки туристов многоборцев на психологический климат в команде
- Тема 4. Формирование морально-психологических качеств у туристов-многоборцев
- Тема 5. Прогноз путешествия и его влияние на поведение человека.
- Тема 6. Конфликты в туристской группе
- Тема 7. Психологическая тактика руководства туристской группой.
- Тема 8. Развитие и совершенствование навыков общения.
- Тема 9. Система морально-психологической подготовки в спортивном туризме.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Техника и тактика туризма» (Б1.О.33.04)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 5 семестр<br>заочная: 5 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины является формирование целостного представления о технике и тактике туризма, основанного на практическом усвоении знаний, умений и навыков при реализации туристских походов в системе физического воспитания и спортивно-массовых мероприятий, а также формирование компетенций, предусмотренных ФГОС ВО..

Задачи дисциплины

- изучить проведение соревнований по технике и тактике туризма и обеспечения безопасности;
- владеть методикой оказания доврачебной помощи пострадавшему в условиях многодневного похода и спортивно-массового туристского мероприятия;
- приобрести навыки осуществлять материально техническое сопровождение рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий;
- стимулировать самостоятельную деятельность по освоению содержания дисциплины и формированию необходимых компетенций.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                     | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-6 Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь         | ОПК-6.1 Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи применяемые в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.2 Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь в процессе физкультурно-спортивной деятельности<br>ОПК-6.3 Владеет навыками обеспечения безопасности при проведении занятий, физкультурно-спортивных, рекреационных, туристско-краеведческих мероприятий и соревнований                                                                                                        |
| ОПК-15 Способен осуществлять материально-техническое сопровождение рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий | ОПК-15.1 Знает требования к материально-техническому оснащению рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий<br>ОПК-15.2 Умеет выбирать средства материально-технического оснащения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий<br>ОПК-15.3 Имеет опыт составления плана материально-технического обеспечения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1 Переправы в спортивном туризме.
- Тема 2 Техника преодоления склонов. Траверс.
- Тема 3 Техника и тактика преодоления связки спуск-подъем.
- Тема 4 Прохождение комбинированных дистанций. Связки этапов.
- Тема 5 Техника преодоления оврагов и рек. Укладка и организация переправы.
- Тема 6 Техника и тактика преодоления болот
- Тема 7 Техника и тактика организации страховки и самостраховки.
- Тема 8 Тактика ориентирования на местности в спортивном туризме
- Тема 9 Технические действия в условиях поисково-спасательных работ

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Технологии спортивной тренировки в спортивном туризме» (Б1.О.33.05)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 6 семестр<br>заочная: 7 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен, курсовая работа                              |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины является формирование целостного представления о спортивном туризме в рамках теории и методики избранного вида спорта, основанного на практическом усвоении знаний, умений и навыков при реализации пеших туристских походов в системе физического воспитания, а также формирование профессиональных компетенций, предусмотренных ОПОП.

Задачи дисциплины:

- изучить современные технологии подготовки спортсменов в спортивном туризме;
- научить выбирать оптимальные стратегии тренировочного занятия в зависимости от целей обучения, уровня подготовленности обучающихся и созданию творческой атмосферы тренировочного процесса;
- владеть методикой исследований частных и общих проблем тренировки.
- приобретать навыки организации рекреационно-оздоровительных, туристско-краеведческих, рекреационно-досуговых мероприятий; профессиональные умения организации судейства туристских соревнований.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                            | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-3 Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью                                                                                     | ОПК-3.1 Знает особенности обучения технике выполнения двигательных действий в спортивном туризме, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности<br>ОПК-3.2 Умеет демонстрировать двигательные действия на занятиях по обучению технике выполнения упражнений в спортивном туризме, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности.<br>ОПК-3.3 Владеет методикой проведения занятия по обучению технике выполнения упражнений в спортивном туризме, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности. |
| ОПК-8 Способен осуществлять контроль программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения, подбирать на основе их анализа соответствующие средства и методы реализации программ | ОПК-8.1 Знает методики анализа и контроля программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения<br>ОПК-8.2 Умеет применять методики анализа и контроля программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения                                                                                                                                                                                                                                     |
| ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся                                                     | ОПК-9.1 Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния занимающихся<br>ОПК-9.2 Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся, интерпретировать результаты контроля                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>ОПК-14 Способен внедрять инновационные технологии туристских, рекреационно-оздоровительных и фитнес услуг</p> | <p>ОПК-14.1 Знает методы поиска, оценки, выбора и алгоритм внедрения инновационных технологий туристских, рекреационно-оздоровительных и фитнес услуг<br/> ОПК-14.2 Умеет оценивать преимущества и недостатки инновационных технологий туристских, рекреационно-оздоровительных и фитнес услуг;<br/> ОПК-14.3 Владеет алгоритмом внедрения инновационных технологии туристских, рекреационно-оздоровительных и фитнес услуг</p> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 3 Структура дисциплины

- Тема 1. Общая и специальная физическая подготовка туриста
- Тема 2. Техническая подготовка. Методы и средства обучения туристской технике
- Тема 3. Принципы обучения технике и тактике в туризме. Методы и средства обучения туристской тактике
- Тема 4. Методика развития силовых способностей, скорости, гибкости, ловкости, выносливости туриста
- Тема 5. Подготовка юных туристов в системе дополнительного образования.
- Тема 6. Методика проведения занятий по туризму оздоровительного характера
- Тема 7. Организация работы с туристами в летнем оздоровительном лагере.
- Тема 8. Планирование тренировочных и соревновательных нагрузок
- Тема 9. Макро, мезо и микроциклы в планировании тренировочного процесса
- Тема 10. Методика подготовки спортсменов в спортивном туризме

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Валеология» (Б1.О.34)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 7 семестр<br>заочная: 7,8 семестр              |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является ознакомление обучающихся с основами физкультурно-оздоровительной и здоровьесберегающей деятельности, формирование готовности к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья, включающих в себя формирование здорового образа жизни.

Задачи дисциплины:

- формировать у обучающихся системные знания по научным основам здорового образа жизни (ЗОЖ) с целью пропаганды ЗОЖ при дальнейшей работе с населением;
- формировать у обучающихся готовность и способность использовать, знания, умения
- и навыки для сохранения и укрепления здоровья человека в сфере профессиональной деятельности;
- развивать у обучающихся качества социально активной личности, расширять, закреплять и совершенствовать умения самостоятельного творческого решения основных задач физкультурно-оздоровительной деятельности.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                    | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-5 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни | ОПК-5.1 Знает роль, структуру и функции физической культуры и спорта, рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, краеведения, природной среды, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, механизмы и приемы формирования мотивации на ведение здорового образа жизни<br>ОПК-5.2 Умеет проводить мероприятия по формированию осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Анализ концептуальных подходов к понятию «здоровье».
- Тема 2. Компоненты здоровья.
- Тема 3. Факторы здорового образа жизни.
- Тема 4. Рациональное питание как фактор здорового образа жизни.
- Тема 5. Профессиональное здоровье.
- Тема 6. Профилактическая работа с населением по сохранению здоровья.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины**

**«Комплексный педагогический контроль в туристской деятельности» (Б1.О.35)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 7 семестр<br>заочная: 7,8 семестр              |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование навыков у обучающихся способности проводить педагогический контроль в туризме.

Задачи дисциплины:

- ознакомить с системой отбора и спортивной ориентации в туризме с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся;

- освоить методы педагогического контроля и коррекции в туристской деятельности;

- освоить методы оценки результатов индивидуальной спортивной деятельности;

- изучить современные методы самоконтроля;

- изучить актуальные технологии управления состоянием человека в туристской деятельности;

- стимулировать самостоятельную деятельность по освоению содержания дисциплины и формированию необходимых компетенций.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                   | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-7 Способен проводить работу по предотвращению применения допинга                                                                                                             | ОПК-7.1. Знает нормативные документы, регулирующие работу по предотвращению применения допинга; содержание и организацию антидопинговых мероприятий.<br>ОПК-7.2 Умеет планировать и проводить антидопинговые мероприятия.<br>ОПК-7.3 Владеет методиками проведения работы по предотвращению применения допинга.                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| ОПК-11 Способен проводить исследования по определению эффективности, используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности | ОПК-11.1 Знает основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования.<br>ОПК-11.2 Умеет разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности.<br>ОПК-11.3 Владеет методикой проведения научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности. |
| ОПК-16 Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности                                 | ОПК-16.1 Знает принципы работы современных информационных технологий и использования их для решения задач профессиональной деятельности.<br>ОПК-16.2 Умеет понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности.<br>ОПК-16.3 Владеет принципами работы современных информационных технологий и использования их для решения задач профессиональной деятельности.                                                                                                                                                |

**3 Структура дисциплины**

Тема 1. Основные понятия комплексного контроля в спорте

Тема 2. Виды комплексного контроля в спортивной деятельности

Тема 3. Организационно-методические аспекты педагогического контроля

Тема 4. Медико-биологический контроль в спорте

Тема 5. Биомеханический контроль в спорте и биохимический контроль в спорте.

Тема 6. Психологический контроль в спорте



## Тема 7. Метрологическое обеспечение системы комплексного контроля в спортивной деятельности

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (волейбол)»**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 1-6 семестр                                    |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачётных единиц:<br>часов: 328                        |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель дисциплины – формирование физической культуры личности у обучающихся по направлению 49.03.02 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм способности направленного использования средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- понимать роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- формировать мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- освоить систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психического благополучия, развития и самосовершенствования психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- устранить функциональные отклонений и недостатков в физическом развитии, ликвидации остаточных явлений после заболеваний, развитии компенсаторных функций, повышении неспецифической устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды;
- развить основные физические качества, обучить двигательным навыкам;

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1 Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни<br>УК-7.2 Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности<br>УК-7.3 Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

**3 Структура дисциплины**

- Раздел 1. «Волейбол», как дисциплина в системе физического воспитания высшего профессионального образования. Правила техники безопасности и элементарные правила игры. Основные элементы.
- Тема 1.1 Правила игры в волейбол. Техника безопасности. Оборудование и виды инвентаря для игры в волейбол.
- Тема 1.2 Обучение и совершенствование техники перемещений по площадке. Перемещение по зонам.
- Тема 1.3 Обучение и совершенствование навыка принятия мяча сверху и снизу.
- Тема 1.4 Освоение разновидностями подач: верхняя, прямая, боковая и нижняя, подача в прыжке.
- Тема 1.5 Обучение и совершенствование элементу волейбола — нападающему удару.
- Тема 1.6 Обучение и совершенствование техники блокирования мяча после нападающего удара.
- Раздел 2. Обучение игровому взаимодействию в защите
- Тема 2.1 Индивидуальные действия.
- Тема 2.2 Групповые действия.
- Тема 2.3 Взаимодействие игроков передней линии и задней линии при приеме нападающих ударов при блокировании и страховке.
- Тема 2.4 Система игры в защите углом вперед и углом назад.
- Раздел 3. Обучение игровому взаимодействию в нападении
- Тема 3.1 Тактика нападения.

- Тема 3.2 Индивидуальные действия. Групповые действия.
- Тема 3.3 Взаимодействие игроков передней линии, задней линии.
- Тема 3.4 Групповые упражнения в тройках. Групповые упражнения в парах.
- Раздел 4. Развитие специальных двигательных качеств волейболистов для успешного овладения техникой.
- Тема 4.1 Развитие скоростно-силового компонента пояса верхних конечностей.
- Тема 4.2 Развитие скоростно-силовых показателей пояса нижних конечностей.
- Тема 4.3 Развитие прыжковой выносливости.
- Тема 4.4 Развитие координационной выносливости.
- Раздел 5. Игровые комбинации в нападении
- Тема 5.1 Нападение с передней линии «Прострел», «Эшелон».
- Тема 5.2 Нападение с передней линии «Крест», «Скрытый шаг».
- Тема 5.3 Нападение с передней линии «Взлёт», «Метр».
- Тема 5.4 Нападение с задней линии «Высокая диагональ» «Пайп».
- Раздел 6. Игровые комбинации в защите
- Тема 6.1 Игра в защите с либеро и без либеро.
- Тема 6.2 Игра в защите «углом вперёд».
- Тема 6.3 Игра в защите «углом назад».
- Тема 6.4 Блокирование нападающего удара и выход из-под блока игроков не участвующих в блокировании.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (плавание)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 1-6 семестр                                    |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачётных единиц:<br>часов: 328                        |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель дисциплины – формирование физической культуры личности у обучающихся способности направленного использования средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- понимать роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- формировать мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- освоить систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психического благополучия, развития и самосовершенствования психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- устранить функциональные отклонений и недостатков в физическом развитии, ликвидации остаточных явлений после заболеваний, развитии компенсаторных функций, повышении неспецифической устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды;
- развить основные физические качества, обучить двигательным навыкам.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1 Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни<br>УК-7.2 Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности<br>УК-7.3 Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

**3 Структура дисциплины**

- Раздел 1. Классификация и терминология. Место «Плавание» в системе физического воспитания профессионального образования. Организация занятий. Правила поведения в бассейне.
- Тема 1.1 Гидростатика и гидродинамика плавания
- Тема 1.2 Техника движений ногами и руками при плавании способом кроль на спине.
- Тема 1.3 Методика исправления ошибок в технике плавания кроль на спине.
- Тема 1.4 Методика построения тренировочных занятий по согласованию работы рук, ног и дыхания в плавании на спине
- Тема 1.5 Техника старта при плавании на дистанции способом кроль на спине.
- Раздел 2. Техника и методика обучения плаванию способом кроль на груди.
- Тема 2.1 Техника движений ногами при плавании способом кроль на груди.
- Тема 2.2 Техника движений руками при плавании способом кроль на груди
- Тема 2.3 Техника согласования движений рук, ног и дыхания при плавании способом кроль на груди.
- Тема 2.4 Техника старта при плавании на дистанции способом кроль на груди.
- Тема 2.5 Техника поворота при плавании способом кроль на груди.
- Раздел 3. Техника и методика обучения плаванию способом брасс.
- Тема 3.1 Освоение техники движений ногами при плавании способом брасс.
- Тема 3.2 Совершенствование техники движений ногами при плавании способом брасс.
- Тема 3.3 Освоение техники движений руками при плавании способом брасс
- Тема 3.4 Совершенствование техники движений руками при плавании способом брасс..

- Тема 3.5      Согласование движений рук, ног и дыхания при плавании способом брасс.
- Раздел 4.     Совершенствование техники плавания способом брасс.
- Тема 4.1     Упражнения для совершенствования техники плавания брассом.
- Тема 4.2     Обучение старту при плавании на дистанции способом брасс.
- Тема 4.3     Совершенствование старта при плавании на дистанции способом брасс.
- Тема 4.4.    Обучение технике поворота при плавании способом брасс.
- Тема 4.5     Совершенствование техники поворота при плавании способом брасс.
- Раздел 5.     Техника и методика обучения плаванию способом баттерфляй (дельфин).
- Тема 5.1     Техника движений ногами при плавании способом баттерфляй (дельфин).
- Тема 5.2     Техника движений руками при плавании способом баттерфляй (дельфин).
- Тема 5.3     Техника согласований движений рук, ног и дыхания при плавании способом баттерфляй (дельфин).
- Тема 5.4     Техника старта при плавании на дистанции способом баттерфляй (дельфин).
- Тема 5.5     Техника поворота при плавании способом баттерфляй (дельфин).
- Раздел 6.     Комплексное плавание.
- Тема 6.1     Техника поворотов при плавании комплексным плаванием
- Тема 6.2     Способы передвижения под водой, ныряние, погружение.
- Тема 6.3     Спасение, транспортировка утопающих
- Тема 6.4     Оказание первой медицинской помощи пострадавшему на воде.

**Аннотация**  
**рабочей программы дисциплины**  
**«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (ОФП)»**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | Спортивно-оздоровительный туризм                      |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 1-6 семестр                                    |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачётных единиц:<br>часов: 328                        |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель дисциплины – формирование физической культуры личности у обучающихся способности направленного использования средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- понимать роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- формировать мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- освоить систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психического благополучия, развития и самосовершенствования психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- устранить функциональные отклонений и недостатков в физическом развитии, ликвидации остаточных явлений после заболеваний, развитии компенсаторных функций, повышении неспецифической устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды;
- развить основные физические качества, обучить двигательным навыкам.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1 Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни<br>УК-7.2 Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности<br>УК-7.3 Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

**3 Структура дисциплины**

- Раздел 1. Легкоатлетические упражнения как средство повышения ОФП обучающихся
- Тема 1.1 Общие основы техники легкоатлетических упражнений (бег, прыжки, метания). Общеразвивающие и специальные упражнения легкоатлета
- Тема 1.2 Развитие скоростно-силовых качеств
- Тема 1.3 Развитие ловкости и координации движений
- Тема 1.4 Развитие силовых качеств
- Тема 1.5 Развитие выносливости
- Тема 1.6 Изучение и практическое применение методики обучения технике прыжка в длину, с разбега способом согнув ноги.
- Тема 1.7 «Изучение и практическое применение методики обучения технике прыжка в высоту, способом «перешагивание», «фосбери». Разбег, отталкивание, переход через планку, приземление.
- Раздел 2. Атлетическая гимнастика как средство повышения ОФП обучающихся
- Тема 2.1 Правила поведения и техника безопасности на занятиях «атлетической гимнастики». Силовая тренировка с собственным весом. Методика составления комплекса упражнений на основные группы мышц с использованием собственного веса.
- Тема 2.2 Методика обучения базовым упражнениям атлетической гимнастики
- Тема 2.3 Методика проведения занятий по атлетической гимнастике
- Тема 2.4 Тренировочные программы по атлетической гимнастике в повышении физической подготовленности

- Раздел 3. Современные направления фитнеса в повышении физической подготовленности обучающихся
- Тема 3.1 Фитнес. Силовая тренировка.
- Тема 3.2 Фитнес. Координационная тренировка.
- Тема 3.3 Фитнес. Выносливость.
- Тема 3.4 Фитнес. Аэробика
- Раздел 4. Гимнастика и спортивные игры
- Тема 4.1 Футбол
- Тема 4.2 Баскетбол
- Тема 4.3 Волейбол
- Тема 4.4 Гимнастика с элементами акробатики
- Раздел 5. Функциональный тренинг. Кроссфит
- Тема 5.1 Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях по Кроссфиту. Демонстрация базовых упражнений.
- Тема 5.2 Упражнения с весом собственного тела. Базовые упражнения:
- Тема 5.3 Упражнения среднего уровня
- Тема 5.4 Силовые упражнения
- Тема 5.5 Упражнения с отягощением. Базовые
- Тема 5.6 Упражнения среднего уровня
- Тема 5.7 Силовые упражнения
- Тема 5.8 Циклические упражнения
- Раздел 6. Специальная физическая подготовка
- Тема 6.1 Бег
- Тема 6.2 Прыжки
- Тема 6.3 Акробатика
- Тема 6.4 Спортивная гимнастика
- Тема 6.5 Круговая тренировка

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (футбол)»**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 1-6 семестр                                    |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачётных единиц:<br>часов: 328                        |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель дисциплины – формирование физической культуры личности у обучающихся по направлению 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм способности направленного использования средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

**Задачи дисциплины**

- понимать роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- формировать мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- освоить систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психического благополучия, развития и самосовершенствования психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- устранить функциональные отклонений и недостатков в физическом развитии, ликвидации остаточных явлений после заболеваний, развитии компенсаторных функций, повышении неспецифической устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды;
- развить основные физические качества, обучить двигательным навыкам;

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1 Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни<br>УК-7.2 Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности<br>УК-7.3 Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

**3 Структура дисциплины**

- Раздел 1. Легкоатлетические упражнения как средство повышения ОФП обучающихся, занимающихся футболом
- Тема 1.1 Общие основы техники легкоатлетических упражнений (бег, прыжки, метания). Общеразвивающие и специальные упражнения легкоатлета
- Тема 1.2 Развитие скоростно-силовых качеств
- Тема 1.3 Развитие ловкости и координации движений
- Тема 1.4 Развитие силовых качеств
- Тема 1.5 Развитие выносливости
- Раздел 2. Атлетическая гимнастика как средство повышения ОФП обучающихся, занимающихся футболом
- Тема 2.1 Правила поведения и техника безопасности на занятиях «атлетической гимнастики». Силовая тренировка с собственным весом. Методика составления комплекса упражнений на основные группы мышц с использованием собственного веса.
- Тема 2.2 Методика обучения базовым упражнениям атлетической гимнастики
- Тема 2.3 Методика проведения занятий по атлетической гимнастике
- Тема 2.4 Тренировочные программы по атлетической гимнастике в повышении физической подготовленности
- Раздел 3. Техническая подготовка
- Тема 3.1 Ведение мяча. Техника владения и контроля мяча.



|           |                                                   |
|-----------|---------------------------------------------------|
| Тема 3.2  | Техника ударов по мячу. Удары по мячу в движении. |
| Тема 3.3  | Техника приема и передачи мяча.                   |
| Тема 3.4  | Обманные движения.                                |
| Раздел 4. | Тактическая подготовка                            |
| Тема 4.1  | Тактика нападения и взаимодействия игроков        |
| Тема 4.2  | Тактика игры в меньшинстве                        |
| Тема 4.3  | Тактика игры в большинстве                        |
| Тема 4.4  | Розыгрыш «стандартов»                             |
| Раздел 5. | Специальная физическая подготовка футболиста      |
| Тема 5.1  | Упражнения для развития быстроты                  |
| Тема 5.2  | Упражнения для развития ловкости                  |
| Тема 5.3  | Упражнения для развития специальной выносливости  |
| Тема 5.4  | Круговая тренировка                               |
| Раздел 6. | Индивидуальные действия футболиста                |
| Тема 6.1  | Индивидуальные действия в защите                  |
| Тема 6.2  | Индивидуальные действия в нападении               |
| Тема 6.3  | Контроль мяча в сложных ситуациях                 |
| Тема 6.4  | Игра в пять полевых игроков                       |
| Тема 6.5  | Взаимодействие игроков на площадке                |

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (спортивный туризм)»**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 1-6 семестр                                    |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц:<br>часов: 328                        |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью дисциплины является формирование физической культуры личности у обучающихся способности направленного использования средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- понимать роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- формировать мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- освоить систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психического благополучия, развития и самосовершенствования психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- устранить функциональные отклонений и недостатков в физическом развитии, ликвидации остаточных явлений после заболеваний, развитии компенсаторных функций, повышении неспецифической устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды;
- развить основные физические качества, обучить двигательным навыкам.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | <p><b>УК-7.1 Знает</b> способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни.</p> <p><b>УК-7.2 Умеет</b> использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности.</p> <p><b>УК-7.3 Владеет</b> здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> |

**3 Структура дисциплины**

- Раздел 1. Спортивно-оздоровительный туризм как средство физической культуры и спорта обучающихся
  - Тема 1.1 Основы техники спортивного туризма
  - Тема 1.2 Развитие скоростно-силовых качеств, средствами спортивного туризма
  - Тема 1.3 Развитие координации движений, средствами спортивного туризма
  - Тема 1.4 Развитие силовых качеств, средствами спортивного туризма
  - Тема 1.5 Развитие выносливости, средствами спортивного туризма
  - Тема 1.6 Методика формирования жизненно важных умений и навыков, средствами спортивного туризма
  - Тема 1.7 Методики обучения технике ориентирования на местности
- Раздел 2. Поход выходного дня как физкультурно-оздоровительная деятельность обучающихся
  - Тема 2.1. Правила поведения и техника безопасности на туристском маршруте
  - Тема 2.2. Методика обучения преодоления естественных препятствий
  - Тема 2.3. Методика обучения ориентированию на местности
  - Тема 2.4. Поход выходного дня с преодолением естественных препятствий и ориентированием на местности
- Раздел 3. Техника спортивного туризма
  - Тема 3.1 Организация технического этапа и его преодоление (переправа по бревну, с наведением и снятием перил)
  - Тема 3.2 Организация технического этапа и его преодоление (спуск спортивным способом, с наведением

- и снятием перил)
- Тема 3.3 Организация технического этапа и его преодоление (переправа по параллельным перилам, с наведением и снятием перил)
- Тема 3.4 Организация технического этапа и его преодоление (подъем на самостраховке, с наведением и снятием перил)
- Раздел 4. Ориентирование на местности
- Тема 4.1 Ориентирование в заданном направлении
- Тема 4.2 Ориентирование по выбору
- Тема 4.3 Ориентирование по маркировке
- Тема 4.4 Мини-соревнования (спринт)
- Раздел 5. Спортивно-туристская деятельность с элементами спортивного туризма и ориентирования с обучающимися
- Тема 5.1 Спортивно-туристские эстафеты на местности
- Тема 5.2 Мини-соревнования «Ориент-шоу»
- Тема 5.3 Мини-соревнования «Спортивный лабиринт»
- Тема 5.4 Мини-соревнования «Школа безопасности»
- Тема 5.5 Мини-соревнования «Дворовое ориентирование»
- Тема 5.6 Мини-соревнования «Туристский маршрут»
- Тема 5.7 Мини-соревнования «День здоровья»
- Раздел 6. Спортивно-туристская деятельность с элементами спортивного туризма и ориентирования для лиц зрелого и пожилого возраста
- Тема 6.1 Туристская полоса препятствий
- Тема 6.2 Ориентирование по обозначенному маршруту
- Тема 6.3 Загородная прогулка с преодолением естественных препятствий
- Тема 6.4 Спортивно-оздоровительное мероприятие «Школа безопасности»
- Тема 6.5 Спортивно-оздоровительное мероприятие «День здоровья»

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Топография и ориентирование на местности» (Б1.В.01)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 3 семестр<br>заочная: 3 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является ознакомление обучающихся с основами топографии и ориентирования на местности, применяемых в рекреации и спортивно-оздоровительном туризме в педагогической деятельности.

Задачи дисциплины:

- сформировать представление об основах топографии и ориентирования на местности;
- изучить основы топографии и ориентирования на местности;
- проводить учебно-тренировочные занятия по топографии на местности с занимающимися, с объяснением и показом практических приемов, применяемых в рекреации и спортивно-оздоровительном туризме.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                     | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-1 Способен обеспечивать методическое сопровождение учебно-тренировочной и туристско-краеведческой деятельности                                                                                                                                                                  | ПК-1.1 Знает виды рекреации и спортивно-оздоровительного туризма и их особенности; показания и противопоказания к занятию видами рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.<br>ПК-1.3 Имеет опыт проведения с занимающимися учебно-тренировочных занятий на местности, объяснение и показ практических приемов, применяемых в виде рекреации и спортивно-оздоровительного туризма при подготовке к соревнованиям. |
| <i>Профессиональный стандарт 05.005 "Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта" / ОТФ:</i><br>F. Организационно-методическое обеспечение физической подготовки, физического развития населения, спортивной подготовки занимающихся |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

**3 Структура дисциплины**

- Раздел 1. Основы топографии
- Тема 1.1 План и карта
- Тема 1.2 Условные обозначения топографической карты
- Тема 1.3 Условные знаки и символы спортивной карты
- Тема 1.4 Легенды КП на спортивной карте
- Раздел 2. Ориентирование на местности
- Тема 2.1 Ориентирование по легенде
- Тема 2.2 Ориентирование по обозначенному маршруту
- Тема 2.3 Ориентирование по маркировке
- Тема 2.4 Ночные соревнования по ориентированию

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Теория и методика культурно-досуговой деятельности» (Б1.В.02)**

|                                                 |                                                              |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | <i>49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм</i> |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | <i>«Спортивно-оздоровительный туризм»</i>                    |
| Квалификация выпускника                         | <i>бакалавр</i>                                              |
| Форма обучения, семестр                         | <i>очная: 3,4 семестр<br/>заочная: 3,4 семестр</i>           |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | <i>зачетных единиц: 4<br/>часов: 144</i>                     |
| Промежуточная аттестация                        | <i>экзамен</i>                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является ознакомление обучающихся с основами социального взаимодействия и реализации своей роли в команде.

Задачи дисциплины:

- сформировать представление об основах социального взаимодействия в команде;
- научить устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе;
- научить применять основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                   | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-8 Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов. | УК-8.1 Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций, военных конфликтов; методы сохранения природной среды, факторы обеспечения устойчивого развития общества.<br>УК-8.2 Умеет обеспечивать условия труда на рабочем месте, безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.<br>УК-8.3 Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; навыками по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и профессиональной деятельности. |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Место и роль культурно-досуговой деятельности в физической рекреации и спортивно-оздоровительном туризме.
- Тема 2. Организация и проведения массовых туристских мероприятий во время летнего отдыха детей и подростков.
- Тема 3. Требования при организации питания в туристском лагере.
- Тема 4. Режим дня и организация досуга детей в туристском лагере.
- Тема 5. Организация и проведение Олимпийского дня с учащимися начальных классов.
- Тема 6. Организация и проведение культурно-досугового мероприятия «Новогодние потешки».
- Тема 7. Туристский слёт как форма культурно-досуговой деятельности.
- Тема 8. Культурно-досуговая деятельность (конкурсная программа) мероприятий спортивно-оздоровительного туризма.
- Тема 9. Содержание программы «Верёвочного курса».
- Тема 10. Организация и проведение тренинга «Верёвочный курс»
- Тема 11. Организация и проведение похода выходного дня для разновозрастных групп населения.
- Тема 12. Методика организации физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства для населения.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Технологии организации физкультурно-оздоровительной туристской деятельности» (Б1.В.03)**

|                                                 |                                                              |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | <i>49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм</i> |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | <i>«Спортивно-оздоровительный туризм»</i>                    |
| Квалификация выпускника                         | <i>бакалавр</i>                                              |
| Форма обучения, семестр                         | <i>очная: 4 семестр<br/>заочная: 5 семестр</i>               |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | <i>зачетных единиц: 4<br/>часов: 144</i>                     |
| Промежуточная аттестация                        | <i>зачёт</i>                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является ознакомление обучающихся с основными способами и средствами организации физкультурно-оздоровительной туристской деятельности, спортивного ориентирования и физической рекреации.

Задачи дисциплины:

- сформировать представление об основных способах и средствах физкультурно-оздоровительной туристской деятельности, спортивного ориентирования и физической рекреации;
- изучить основные способы и средства организации физкультурно-оздоровительной туристской деятельности;
- проводить физкультурно-оздоровительные туристские мероприятия с обучающимися.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                             | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-2 Способен осуществлять текущий контроль деятельности учащихся на занятиях.                                                                                             | ПК-2.1 Знает характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ соответствующей направленности.<br>ПК-2.2 Умеет проводить педагогическое наблюдение, использовать различные методы, средства и приемы текущего контроля и обратной связи, в том числе оценки деятельности и поведения обучающихся на занятиях.<br>ПК-2.3 Владеет опытом текущего контроля обучающихся в коррекции деятельности и поведения на занятиях. |
| <i>Профессиональный стандарт 01.003 "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" / ОТФ:<br/>А. Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам</i> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1. Раздел Содержание процесса обучения в спортивно-оздоровительном туризме и спортивном ориентировании

Тема 1.1 Задачи, средства и методы физкультурно-оздоровительных туристских мероприятий с обучающимися в спортивно-оздоровительном туризме и спортивном ориентировании

Тема 1.2 Программы занятий по спортивно-оздоровительному туризму и физической рекреации с обучающимися

Тема 1.3 Программы занятий по спортивному ориентированию с обучающимися

Тема 1.4 Содержание физкультурно-оздоровительных туристских праздников и развлечений с детьми дошкольного возраста

Раздел 2. Раздел Организация и проведение физкультурно-оздоровительных туристских мероприятий с обучающимися

Тема 2.1 Формы физкультурно-оздоровительных туристских мероприятий на местности

Тема 2.2 План подготовки организации и проведения физкультурно-оздоровительных туристских мероприятий с обучающимися

Тема 2.3 Содержание программы физкультурно-оздоровительных туристских мероприятий с обучающимися

Тема 2.4 Этапы, станции, конкурсы спортивно-оздоровительного туризма, спортивного ориентирования и физической рекреации

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Поисково-спасательные работы в условиях природной среды» (Б1.В.04)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 5 семестр<br>заочная: 5 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины является формирование целостного представления о поисково-спасательных мероприятиях в условиях природной среды, основанного на практическом усвоении знаний, умений и навыков при ведении поисково-спасательных работ, подготовки спасателей, а также формирование профессиональных компетенций, предусмотренных ФГОС.

Задачи дисциплины:

- изучить правовые основы ведения поисково-спасательных работ, ведения поисково-спасательных работ;
- изучить основы альпинистской подготовки;
- научить определять степень ущерба здоровью пострадавшему;
- приобретение навыков организации подготовки спасателей к действиям в ЧС

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| Формируемые компетенции                                                                                                                                                    | Индикаторы достижения компетенции                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-2 Способен осуществлять текущий контроль деятельности учащихся на занятиях                                                                                              | ПК-2.1 Знает характеристики различных форм, методов, средств и приемов организации деятельности обучающихся;<br>ПК-2.2 Умеет проводить педагогическое наблюдение, использовать различные методы, средства и приемы текущего контроля и обратной связи, в том числе оценки деятельности и поведения обучающихся на занятиях;<br>ПК-2.3 Владеет опытом текущего контроля, обучающихся в коррекции деятельности и поведения на занятиях |
| <i>Профессиональный стандарт 01.003 "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" / ОТФ:<br/>А. Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам</i> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Правовые основы ведения поисково-спасательных работ. Общие положения. Виды ПСР.
- Тема 2. Организационная структура и задачи поисково-спасательных служб
- Тема 3. Основы выживания спасателей в экстремальных ситуациях
- Тема 4. Ведение поисково-спасательных работ при ЧС. Основные технологии.
- Тема 5. Основы альпинистской подготовки
- Тема 6. Организация подготовки поисково-спасательных служб к действиям в ЧС
- Тема 7. Оказание доврачебной помощи при травмах и заболеваниях.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Научные исследования в рекреации, туризме и ориентировании» (Б1.В.05)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 5 семестр<br>заочная: 5 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов основ теории и методики проведения научных исследований в рекреации, туризме и ориентировании.

Задачи дисциплины:

- приобретение теоретических знаний и умений проведения научных исследований в рекреации, туризме и ориентировании.
- умение применять учебно-исследовательскую работу в профессиональной деятельности.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                  | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений | УК-2.1 Знает алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения<br>УК-2.2 Умеет определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений<br>УК-2.3 Владеет инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. История развития исследований в туризме и ориентировании
- Тема 2. Основные понятия исследовательской деятельности
- Тема 3. Экспериментальные исследования в рекреации, туризме и ориентировании
- Тема 4. Организация и проведение оздоровительного туристского похода (пример исследования).
- Тема 5. Расчетные методы в организации спортивно-оздоровительного туризма и ориентировании
- Тема 6. Прогнозирование рекреационной направленности туристских походов.
- Тема 7. Расчет показателей состояния развития спортивно-оздоровительного туризма и ориентирования
- Тема 8. Врачебно-педагогические наблюдения, контроль и самоконтроль в рекреации, туризме и ориентировании.



**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Видео-фото дело» (Б1.В.06)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 5 семестр<br>заочная: 5 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся способности к самостоятельному и инициативному решению профессиональных задач средствами мультимедиа, умения интерактивно использовать типовые инструментально-технологические средства видео-фото монтажа и эффективно работать в неоднородных командах для личностного и профессионального развития.

Задачи дисциплины:

- организация деятельностного обучения (включение обучающихся в реализацию деятельности по созданию своего личного, командного видеоматериала;
- ориентация учебного процесса на развитие самостоятельности и ответственности обучающегося за результат своей деятельности;
- приобретение практических навыков в работе с современными типовыми инструментальными и технологическими средствами конвертации и монтажа видео-фото информации.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                      | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач                                                                                                                                                                 | УК-1.3 Владеет навыками поиска информации и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений                                                |
| ПК-1 Способен обеспечивать методическое сопровождение учебно-тренировочной и туристско-краеведческой деятельности                                                                                                                                                                                   | ПК-1.2 планировать комплекс инструктивно-методических и учебно-тренировочных занятий (походов) по обучению занимающихся по виду рекреации и спортивно-оздоровительного туризма. |
| <p><i>Профессиональный стандарт 05.005 "Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта" /ОТФ:</i><br/>           Ф Организационно-методическое обеспечение физической подготовки, физического развития населения, спортивной подготовки занимающихся</p> |                                                                                                                                                                                 |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Аппаратное обеспечение аудио и видео информационных процессов.  
 Тема 2. Конверторы форматов.  
 Тема 3. Монтаж.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Видео-фото дело» (Б1.В.06)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 5 семестр<br>заочная: 5 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся способности к самостоятельному и инициативному решению профессиональных задач средствами мультимедиа, умения интерактивно использовать типовые инструментально-технологические средства видео-фото монтажа и эффективно работать в неоднородных командах для личностного и профессионального развития.

Задачи дисциплины:

- организация деятельностного обучения (включение обучающихся в реализацию деятельности по созданию своего личного, командного видеоматериала;
- ориентация учебного процесса на развитие самостоятельности и ответственности обучающегося за результат своей деятельности;
- приобретение практических навыков в работе с современными типовыми инструментальными и технологическими средствами конвертации и монтажа видео-фото информации.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                      | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач                                                                                                                                                                 | УК-1.3 Владеет навыками поиска информации и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений                                                |
| ПК-1 Способен обеспечивать методическое сопровождение учебно-тренировочной и туристско-краеведческой деятельности                                                                                                                                                                                   | ПК-1.2 планировать комплекс инструктивно-методических и учебно-тренировочных занятий (походов) по обучению занимающихся по виду рекреации и спортивно-оздоровительного туризма. |
| <p><i>Профессиональный стандарт 05.005 "Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта" /ОТФ:</i><br/>           Ф Организационно-методическое обеспечение физической подготовки, физического развития населения, спортивной подготовки занимающихся</p> |                                                                                                                                                                                 |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Аппаратное обеспечение аудио и видео информационных процессов.  
 Тема 2. Конверторы форматов.  
 Тема 3. Монтаж.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Теория и методика спортивного ориентирования» (Б1.В.07)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 5,6 семестр<br>заочная: 5,6 семестр            |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 6<br>часов: 216                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачет, зачёт с оценкой, курсовая работа               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является ознакомление обучающихся с основами содержания теории и методики спортивного ориентирования, применяемого в педагогической деятельности рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.

Задачи дисциплины:

- обеспечить занимающимся технику безопасности при проведении тренировочных мероприятий по спортивному ориентированию;
- создать представление о современных научных концепциях спортивного ориентирования, на основе специальных упражнений, применяемых в педагогической деятельности рекреации и спортивно-оздоровительного туризма;
- научить использовать комплекс мер, направленных на профилактику травматизма, разработку и соблюдение правил техники безопасности, оказывать первую помощь в процессе тренировочной, соревновательной, рекреационно-оздоровительной и туристской деятельности.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                             | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-4 Способен формировать систему движений занимающихся спортивным туризмом, на основе специальных упражнений.             | ПК-4.1 Знает теорию и методику спортивной тренировки в спортивном туризме; правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации.<br>ПК-4.2 Умеет контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий; демонстрировать безопасные техники выполнения упражнений, предупреждать случаи травматизма во время тренировок.<br>ПК-4.3 Имеет опыт проведения теоретических занятий в форме лекций, семинаров, а также совместного просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, обучающих и научно-популярных фильмов с занимающимися с целью изучения системы движений, соответствующей особенностям вида спорта. |
| <i>Профессиональный стандарт 05.003 «Тренер» /ОТФ:</i><br>С. Подготовка занимающихся на тренировочном этапе по виду спорта |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Спортивное ориентирование как средство физической рекреации и в спортивно-оздоровительном туризме.
- Тема 2. Виды спортивного ориентирования. Дистанции.
- Тема 3. Топографическая подготовка. Спортивная карта.
- Тема 4. Легенды КП.
- Тема 5. Спортивный компас и работа с ним.
- Тема 6. Техничко-тактические приёмы в ориентировании.
- Тема 7. Психологическая подготовка ориентировщика.
- Тема 8. Физическая подготовка ориентировщика.
- Тема 9. Методика организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию для разных возрастных групп.
- Тема 10. Содержание программы соревнований по спортивному ориентированию.
- Тема 11. Подготовка спортивных карт, дистанций, организация стартового и финишного коридоров для массовых соревнований.
- Тема 12. Методика организации и проведения массовых соревнований по ориентированию на местности «Спортивных лабиринтов», «Ориент-шоу».
- Тема 13. Методика организации и проведения массовых соревнований по ориентированию «Ночное ориентирование», «Рогейн».
- Тема 14. Комплекс мер, направленных на профилактику травматизма, разработку и соблюдение правил техники безопасности занимающихся в процессе тренировочной, соревновательной, рекреационно-оздоровительной и туристской деятельности.

Тема 15. Оказание первой помощи на соревнованиях по спортивному ориентированию  
Тема 16. Аптечка и её составляющие.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию» (Б1.В.08)**

|                                                 |                                                              |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | <i>49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм</i> |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | <i>«Спортивно-оздоровительный туризм»</i>                    |
| Квалификация выпускника                         | <i>бакалавр</i>                                              |
| Форма обучения, семестр                         | <i>очная: 7 семестр<br/>заочная: 7,8 семестр</i>             |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | <i>зачетных единиц: 4<br/>часов: 144</i>                     |
| Промежуточная аттестация                        | <i>экзамен</i>                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является ознакомление обучающихся с теоретическими знаниями, методическими и практическими основами организации и проведения соревнований по спортивному ориентированию.

Задачи дисциплины:

- сформировать целостное представление об организации и проведения соревнований по спортивному ориентированию;
- изучить правила соревнований по спортивному ориентированию;
- сформировать практические навыки по организации судейства соревнований по спортивному ориентированию.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                             | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-2 Способен осуществлять текущий контроль деятельности учащихся на занятиях.                                                                                             | ПК-2.1 Знает характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ соответствующей направленности.<br>ПК-2.2 Умеет готовить обучающихся к участию в выставках, конкурсах, соревнованиях и иных аналогичных мероприятиях (в соответствии с направленностью осваиваемой образовательной программы).<br>ПК-2.3 Имеет опыт текущего контроля обучающихся в коррекции деятельности и поведения на занятиях. |
| <i>Профессиональный стандарт 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» / ОТФ:<br/>А. Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам</i> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Виды соревнований по спортивному ориентированию.  
Тема 2. Топографическая подготовка в спортивном ориентировании.  
Тема 3. Правила соревнований по спортивному ориентированию.  
Тема 4. Организация судейства при проведении соревнований по спортивному ориентированию  
Тема 5. Методика организации и проведения соревнований по спортивному ориентированию для обучающихся.  
Тема 6. Методика организации и проведения массовых соревнований по нетрадиционным видам спортивного ориентирования.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Технологии продвижения рекреационных и туристских услуг» (Б1.В.09)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 8 семестр<br>заочная: 9 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | экзамен                                               |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование базовых теоретических знаний и практических умений по продвижению рекреационных и туристских услуг.

Задачи дисциплины:

- определить основные характеристики и понятия рекреационных и туристских услуг;
- сформировать умения по продвижению рекреационных и туристских услуг.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                  | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений | УК-2.1 Знает алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения<br>УК-2.2 Умеет определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений<br>УК-2.3 Владеет инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Рекреационные и туристские услуги  
Тема 2. Продвижение рекреационных и туристских услуг  
Тема 3. Маркетинговое сопровождение туристского продукта  
Тема 4. Брендинг

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Массаж» (Б1.В.10)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 8 семестр<br>заочная: 9 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель дисциплины – формирование у обучающихся представления об общих принципах и методических правилах применения массажа, обучение практическим умениям и навыкам выполнения классического массажа.

Задачи дисциплины:

- обеспечить освоение студентами основ знаний по истории развития массажа, анатомо-физиологическим, гигиеническим основам массажа, показаниям и противопоказаниям к массажу, видам, формам и методам массажа;
- формировать у студентов практические умения и навыки выполнения основных приемов массажа;
- обеспечить освоение студентами техники выполнения приемов массажа;
- обеспечить освоение студентами методических умений и навыков массажа в избранном виде деятельности.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                   | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. | УК-2.1 Знает алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения.<br>УК-2.2 Умеет определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.<br>УК-2.3 Владеет инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1. Теоретические основы массажа

Тема 1.1 История развития массажа. Анатомо-физиологические основы массажа

Тема 1.2 Системы, формы, методы и виды массажа. Классификация приемов массажа и их физиологическое действие на организм

Тема 1.3 Гигиенические основы массажа

Раздел 2. Техника и методика выполнения приемов массажа

Тема 2.1 Техника и методика выполнения приемов поглаживания

Тема 2.2 Техника и методика выполнения приемов выжимания

Тема 2.3 Техника и методика выполнения приемов разминания и потряхивания

Тема 2.4 Техника и методика выполнения приемов растирания и движений

Тема 2.5 Техника и методика выполнения встряхивания, ударных приемов и вибрации

Тема 2.6 Методика проведения сеанса общего массажа

Раздел 3. Спортивный массаж

Тема 3.1 Классификация и характеристика видов спортивного массажа

Тема 3.2 Методика массажа в избранном виде спорта

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Менеджмент туроператорской деятельности» (Б1.В.ДВ.01.01)**

|                                                 |                                                              |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | <i>49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм</i> |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | <i>«Спортивно-оздоровительный туризм»</i>                    |
| Квалификация выпускника                         | <i>бакалавр</i>                                              |
| Форма обучения, семестр                         | <i>очная: 5 семестр<br/>заочная: 5 семестр</i>               |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | <i>зачетных единиц: 2<br/>часов: 72</i>                      |
| Промежуточная аттестация                        | <i>зачет</i>                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель освоения дисциплины - формирование у обучающихся базовых теоретических знаний и практических умений в области менеджмента туроператорской деятельности о формировании туристского продукта, его продвижении на рынок и организации обслуживания туристов.

Задачи дисциплины:

- теоретическое и практическое обучение основам менеджмента туроператорской деятельности;
- изучить сущность менеджмента туроператорской деятельности, его роль на туристском рынке, особенностях и принципах деятельности;
- стимулировать самостоятельную деятельность по освоению содержания дисциплины и формированию необходимой компетенции.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                 | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>УК-4</b> Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах). | <b>УК-4.1</b> Знает систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации<br><b>УК-4.2</b> Умеет логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).<br><b>УК-4.3</b> Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах). |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Теоретические основы туроперейтинга.
- Тема 2. Туристский продукт, его разработка и потребительские свойства.
- Тема 3. Туристский рынок. Сегментация.
- Тема 4. Взаимодействие туроператора с поставщиками услуг.
- Тема 5. Методы продвижения туристского продукта.
- Тема 6. Безопасность и страхование в туризме.



**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Маркетинг физкультурно-спортивной деятельности» (Б1.В.ДВ.01.02)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 5 семестр<br>заочная: 5 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель освоения дисциплины - формирование у обучающихся базовых теоретических знаний и практических умений по маркетингу физкультурно-спортивной деятельности, необходимых в работе с различными категориями населения, позволяющие организациям и учреждениям физкультурно-спортивной направленности эффективно функционировать в условиях неопределенности внешней среды, успешно решать долгосрочные стратегические задачи, проникать на новые рынки, представлять на них свои услуги.

Задачи дисциплины:

- теоретическое и практическое обучение основам маркетинга физкультурно-спортивной деятельности;
- изучить современные инструменты маркетинговой деятельности по продвижению физкультурно-спортивных услуг;
- освоить современные методы анализа рынка, нахождения ниши рынка для продвижения физкультурно-спортивных услуг;
- стимулировать самостоятельную деятельность по освоению содержания дисциплины и формированию необходимой компетенции.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                          | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах). | УК-4.1 Знает систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации<br>УК-4.2 Умеет логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).<br>УК-4.3 Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах). |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Основные понятия и определения маркетинга физкультурно-спортивной деятельности.  
Тема 2. Функции, задачи, виды и комплекс маркетинга физкультурно-спортивной деятельности.  
Тема 3. Маркетинговые исследования в сфере физической культуры и спорта.  
Тема 4. Сегментация рынка в физкультурно-спортивной деятельности.  
Тема 5. Основы рекламы в сфере физической культуры и спорта.  
Тема 6. Особенности создания рекламного обращения для привлечения населения к занятиям физической культурой и спортом.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Фармакологические средства и питание в спорте и туризме» (Б1.В.ДВ.02.01)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 5 семестр<br>заочная: 5, 6 семестр             |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью дисциплины является формирование у обучающихся, знаний в области фармакологической и диетологической поддержки в спорте и туризме.

Задачи дисциплины:

- ознакомить с основными постулатами рационального и спортивного питания;
- ознакомить с основными положениями спортивной нутрициологии;
- ознакомить с основами спортивной фармакологии.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                 | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК–7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | УК-7.3 Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Введение в дисциплину. Общие принципы питания спортсменов.
- Тема 2. Значение отдельных пищевых веществ в питании человека.
- Тема 3. Режимы питания.
- Тема 4. Нутритивный статус и пищевое поведение спортсмена.
- Тема 5. Протеины в спортивном питании.
- Тема 6. Аминокислоты и фармаконутриенты.
- Тема 7. Жиры и жирные кислоты в спортивном питании.
- Тема 8. Углеводы в спортивном питании.
- Тема 9. Регуляция водно-электролитного баланса при физических нагрузках.
- Тема 10. Нутриетивно-метаболический контроль массы тела.
- Тема 11. Фармакологические средства поддержания работоспособности в спорте.
- Тема 12. Фармакотерапия некоторых пограничных и патологических состояний у спортсменов.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины**

**«Спортивная медицина для занимающихся различными видами туризма» (Б1.В.ДВ.02.02)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 5 семестр<br>заочная: 5, 6 семестр             |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью дисциплины является формирование у обучающихся, знаний в области медико-биологического сопровождения спортивно-оздоровительного туризма.

Задачи дисциплины:

- ознакомить с вопросами организации спортивно-медицинской службы;
- ознакомить с методами врачебных исследований;
- ознакомить с основами спортивной патологии;
- ознакомить с принципами выявления и профилактики состояний перенапряжения у занимающихся спортивно-оздоровительным туризмом.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК–7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.3 Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Общая характеристика методов врачебного исследования. Сбор анамнеза.
- Тема 2. Осмотр.
- Тема 3. Антропометрия.
- Тема 4. Оценка физического развития.
- Тема 5. Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку.
- Тема 6. Функциональное тестирование.
- Тема 7. Определение физической работоспособности.
- Тема 8. Организация врачебного контроля. Врачебный контроль на тренировках и соревнованиях.
- Тема 9. Программа углублённых медицинских обследований для физкультурников и спортсменов.
- Тема 10. Структура заболеваемости у спортсменов. Перенапряжение сердечно-сосудистой, иммунной, пищеварительной, мочевыделительной и системы крови.
- Тема 11. Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Безопасность в туризме» (Б1.В.ДВ.03.01)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 7 семестр<br>заочная: 7 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины является формирование профессионально-педагогических знаний, умений и компетенций, необходимых для формирования теоретических и методических основ безопасного пребывания в природной среде в педагогической деятельности с различными возрастным контингентом, а также формирование у обучающихся профессиональных компетенций, предусмотренных ОПОП.

Задачи дисциплины:

- сформировать сознательное и ответственное отношение к вопросам личной безопасности в природной среде;
- научить студентов умению и практическим навыкам выживания в природной окружающей среде разных климатогеографических условиях.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                             | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-2 Способен осуществлять текущий контроль деятельности учащихся на занятиях                                                                                              | ПК-2.1 Знает характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ соответствующей направленности.<br>ПК-2.2 Умеет проводить педагогическое наблюдение, использовать различные методы, средства и приемы текущего контроля и обратной связи, в том числе оценки деятельности и поведения обучающихся на занятиях.<br>ПК-2.3 Владеет опытом текущего контроля обучающихся в коррекции деятельности и поведения на занятиях. |
| <i>Профессиональный стандарт 01.003 "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" / ОТФ:<br/>А. Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам</i> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Обеспечение безопасности человека в природных условиях
- Тема 2. Особенности ориентирования в различных видах путешествий
- Тема 3. Особенности обеспечения безопасности в водных походах
- Тема 4. Особенности обеспечения безопасности в лыжном туризме
- Тема 5. Особенности обеспечения безопасности в горном и пешем туризме
- Тема 6. Особенности обеспечения безопасности в велотуризме

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Выживание человека в природной среде» (Б1.В.ДВ.03.02)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 7 семестр<br>заочная: 7 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины является формирование профессионально-педагогических знаний, умений и компетенций, необходимых для формирования теоретических и методических основ безопасного пребывания в природной среде в педагогической деятельности с различными возрастным контингентом, а также формирование у обучающихся профессиональных компетенций, предусмотренных ОПОП.

Задачи дисциплины:

- сформировать сознательное и ответственное отношение к вопросам личной безопасности в природной среде;
- научить студентов умению и практическим навыкам выживания в природной окружающей среде разных климатогеографических условиях.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                             | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-2 Способен осуществлять текущий контроль деятельности учащихся на занятиях                                                                                              | ПК-2.1 Знает характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ соответствующей направленности.<br>ПК-2.2 Умеет проводить педагогическое наблюдение, использовать различные методы, средства и приемы текущего контроля и обратной связи, в том числе оценки деятельности и поведения обучающихся на занятиях<br>ПК-2.3 Владеет опытом текущего контроля обучающихся в коррекции деятельности и поведения на занятиях |
| <i>Профессиональный стандарт 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» / ОТФ:<br/>А. Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам</i> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Правила поведения при вынужденном автономном существовании. Чрезвычайные ситуации в природе.
- Тема 2. Основы автономного существования в различных климатогеографических условиях.
- Тема 3. Основные способы добычи воды и пищи в условиях вынужденного существования. Виды костров и основные способы их разведения.
- Тема 4. Строительство индивидуальных и групповых укрытий.
- Тема 5. Средства и способы оказания доврачебной медицинской помощи.
- Тема 6. Ориентирование на местности по карте. Движение по азимуту. Особенности ориентирования на закрытой и открытой местности.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Социальная адаптация в условиях образовательной и профессиональной деятельности»  
(Б1.В.ДВ.04.01)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 7 семестр<br>заочная: 7 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины дать студентам теоретические представления о современных подходах и методах социальной адаптации в процессе образовательной и профессиональной деятельности в области рекреации, туризма и ориентирования.

Задачи дисциплины:

- сформировать целостное представление о социальной адаптации в профессиональном образовании в области рекреации, туризма и ориентирования;
- сформировать умения использовать приобретенные знания теоретико-методического характера для решения практических задач, возникающих в профессиональной деятельности в области рекреации, туризма и ориентирования.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                           | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде | УК-3.1 Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия<br>УК-3.2 Умеет устанавливать и поддерживать взаимодействие, обеспечивающее успешную работу в коллективе<br>УК-3.3 Владеет навыками социального взаимодействия в профессиональной деятельности |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Социализация человека в сферах деятельности, общения.  
Тема 2. Социальная адаптация, ее этапы, механизмы, условия  
Тема 3. Социальная адаптация в условиях туристских организаций  
Тема 4. Основы государственной политики в области социальной адаптации инвалидов  
Тема 5. Основы инклюзивного образования в сфере физической культуры, спорта и туризма  
Тема 6. Современное состояние проблемы социальной адаптации и реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья  
Тема 7. Адаптивное физкультурно-спортивное движение как фактор социальной адаптации инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.  
Тема 8. Теоретические, методические и практические приемы воспитания детей и подростков в сложный период становления и формирования личности.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Технология детско-юношеского туризма» (Б1.В.ДВ.04.02)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 7 семестр<br>заочная: 7 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов основ теории и методики организации и проведения детско-юношеского туризма.

Задачи дисциплины:

- приобретение теоретических знаний и умений при организации и проведения детско-юношеского туризма;
- изучение особенностей проведения туристских походов.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                    | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-1 Способен обеспечивать методическое сопровождение учебно-тренировочной и туристско-краеведческой деятельности.                                                                                                                                                                | ПК-1.1 Знает виды рекреации и спортивно-оздоровительного туризма и их особенности; основы общей и специальной туристской подготовки по виду рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.<br>ПК-1.2 Умеет демонстрировать соответствующие виду рекреации и спортивно-оздоровительного туризма техники и приемы преодоления препятствий, работы со спортивным инвентарем, картами, средствами ориентирования; применять методы организации привалов и ночлегов в виде рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.<br>ПК-1.3 Имеет опыт проведения с занимающимися учебно-тренировочных занятий на местности, объяснения и показа практических приемов, применяемых в виде рекреации и спортивно-оздоровительного туризма при подготовке к соревнованиям. |
| <i>Профессиональный стандарт 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» /ОТФ:<br/>Ф Организационно-методическое обеспечение физической подготовки, физического развития населения, спортивной подготовки занимающихся</i> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Туристские путешествия, история развития детско-юношеского туризма.
- Тема 2. Воспитательное, образовательное и оздоровительное значение туризма.
- Тема 3. Личное и групповое туристское снаряжение.
- Тема 4. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.
- Тема 5. Подготовка к походу, путешествию.
- Тема 6. Туристские должности в группе.
- Тема 7. Правила движения в походе, преодоление препятствий
- Тема 8. Техника безопасности при проведении детско-юношеских туристских походов.
- Тема 9. Подведение итогов похода

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Технология внутреннего туризма» (Б1.В.ДВ.05.01)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 7 семестр<br>заочная: 7 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является приобретение студентами теоретических знаний и практических умений в сфере внутреннего туризма, ознакомление с наиболее перспективными направлениями развития внутреннего туризма в Российской Федерации.

Задачи дисциплины:

- изучение технологии организации внутреннего туризма;
- ознакомление с туристско-рекреационными ресурсами Российской Федерации;
- анализ основных проблем и перспектив развития внутреннего туризма в Российской Федерации.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                      | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач | УК-1.1 Знает основы системного подхода; последовательность и требования к осуществлению поисковой и аналитической деятельности для решения поставленных задач<br>УК-1.2 Умеет анализировать и систематизировать, и синтезировать информацию, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности<br>УК-1.3 Владеет навыками поиска информации и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Внутренний туризм как социально-экономический феномен
- Тема 2. Внутренний туризм в России
- Тема 3. Общая характеристика туристских зон России
- Тема 4. Основные регионы туристского спроса в России
- Тема 5. Технологические особенности организации туров внутри страны
- Тема 6. Особенности организации туров внутри Пермского края



**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Экскурсоведение» (Б1.В.ДВ.05.02)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 7 семестр<br>заочная: 7 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 3<br>часов: 108                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов основ теории и методики экскурсионной работы в рамках туристской деятельности.

Задачи дисциплины:

- приобретение теоретических знаний и умений при проведении экскурсионной работы.
- практическое освоение студентами методики и техники ведения экскурсий.
- умение применять экскурсоведение в профессиональной деятельности.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                                             | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах.                                                                               | УК-5.1 Знает основные категории философии, историческое наследие, социокультурные традиции и основы межкультурной коммуникации.<br>УК-5.2 Умеет взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции.<br>УК-5.3 Владеет навыками оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах. |
| ПК-3 Способен организовать методическую работу в учреждении дополнительного образования.                                                                                                                   | ПК-3.1 Знает законодательство Российской Федерации в сфере образования, нормативные правовые акты субъектов Российской Федерации в сфере образования.<br>ПК-3.2 Умеет анализировать и оценивать инновационные подходы к построению дополнительного образования в избранной области (обновление содержания, форм, методов, приемов, средств обучения).                                                 |
| <i>Профессиональный стандарт 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» / ОТФ:<br/>В Организационно-методическое обеспечение реализации дополнительных общеобразовательных программ</i> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. История туристско-экскурсионного дела
- Тема 2. Назначение и виды деятельности туристско-экскурсионных и музейных учреждений
- Тема 3. Функции и признаки экскурсии
- Тема 4. Классификация экскурсий
- Тема 5. Планирование и разработка экскурсий
- Тема 6. Организация экскурсии: техника и особенности показа объектов
- Тема 7. Методика проведения экскурсии: техника и особенности экскурсионного рассказа
- Тема 8. Разработка и проведение экскурсии на спортивном объекте Проектная деятельность в краеведении

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины**

**«Педагогическое совершенствование в физкультурно-спортивной деятельности» (Б1.В.ДВ.06.01)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 7, 8 семестр<br>заочная: 7, 8, 9 семестр       |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 6<br>часов: 216                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт, экзамен                                        |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование основных составляющих профессионально-педагогической деятельности в спортивном туризме, направленных на изучение теории, методики и практики, необходимых для осуществления тренировочных мероприятий и руководства соревновательной деятельностью занимающихся на этапах спортивной подготовки.

Задачи дисциплины:

- приобретение знаний и навыков в организации и проведении тренировочных мероприятий в процессе многолетней подготовки;
- освоение профессиональных знаний и умений тренера-преподавателя по спортивному туризму;
- формирование навыков тренерской деятельности с занимающимися на различных этапах спортивной подготовки.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                 | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-4 Способен формировать систему движений, занимающихся спортивным туризмом, на основе специальных упражнений | ПК-4.1 Знает комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки.<br>ПК-4.2 Умеет контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий.<br>ПК-4.3 Имеет опыт проведения тренировок на основе комплекса упражнений по повышению уровня специальной физической подготовленности занимающихся, развития выносливости, скоростно-силовых возможностей и специальной работоспособности. |
| <i>Профессиональный стандарт 05.003 «Тренер» / ОТФ:</i>                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| С. Подготовка занимающихся на тренировочном этапе по виду спорта                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Этапы многолетнего тренировочного процесса юных спортсменов.
- Тема 2. Этап высшего спортивного мастерства.
- Тема 3. Инвентарь и оборудование в спортивном туризме и ориентировании
- Тема 4. Управление физкультурно-спортивной деятельностью в спортивном туризме и ориентировании
- Тема 5. Спортивные разряды, звания, судейские категории.
- Тема 6. Программное обеспечение в физкультурно-спортивных организациях.
- Тема 7. Учебная документация тренера, тренера-преподавателя.
- Тема 8. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения.
- Тема 9. Адаптивный туризм и ориентирование.

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Профессионально-педагогическая деятельность» (Б1.В.ДВ.06.02)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 7, 8 семестр<br>заочная: 7, 8, 9 семестр       |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 6<br>часов: 216                      |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт, экзамен                                        |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование основных составляющих профессионально-педагогической деятельности в спортивном туризме, а также формирование у обучающихся профессиональных компетенций, предусмотренных ОПОП, направленных на изучение теории, методики и практики, необходимых для осуществления тренировочных мероприятий и руководства соревновательной деятельностью занимающихся на этапах спортивной подготовки.

Задачи дисциплины:

- приобретение знаний и навыков в организации и проведении тренировочных мероприятий в процессе многолетней подготовки;
- освоение профессиональных знаний и умений тренера-преподавателя по спортивному туризму;
- формирование навыков тренерской деятельности с занимающимися на различных этапах спортивной подготовки.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                              | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-4<br>Способен формировать систему движений, занимающихся спортивным туризмом, на основе специальных упражнений           | ПК-4.1 Знает правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации.<br>ПК-4.2 Умеет демонстрировать безопасные техники выполнения упражнений, предупреждать случаи травматизма во время тренировок.<br>ПК-4.3 Имеет опыт проведения тренировок на основе комплекса упражнений по повышению уровня специальной физической подготовленности занимающихся, развития выносливости, скоростно-силовых возможностей и специальной работоспособности. |
| <i>Профессиональный стандарт 05.003 «Тренер» / ОТФ:</i><br>С. Подготовка занимающихся на тренировочном этапе по виду спорта |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

**3 Структура дисциплины**

- Тема 1. Цель, задачи и объекты педагогической деятельности.
- Тема 2. Деятельность тренера-преподавателя по виду спорта.
- Тема 3. Содержание инструкции по охране труда и технике безопасности тренера-преподавателя в избранном виде спорта.
- Тема 4. Спортивный отбор и его этапы в процессе многолетней подготовки.
- Тема 5. Методики спортивного отбора.
- Тема 6. Организационно-методические особенности занятий на этапе начальной подготовки.
- Тема 7. Организационно-методические особенности занятий на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации).
- Тема 8. Организационно-методические особенности занятий на этапе совершенствования спортивного мастерства.
- Тема 9. Организационно-методические особенности занятий на этапе высшего спортивного мастерства.
- Тема 10. Тренировочные сборы в системе спортивной подготовки.
- Тема 11. Обеспечение тренировочной работы в период сборов.

**Аннотация**  
**рабочей программы дисциплины**  
**«Использование электронной информационно-образовательной среды**  
**образовательной организации» (ФТД.01)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 1 семестр<br>заочная: 1 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачет                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у бакалавров по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм, системы знаний, умений и навыков работы с электронной информационно-образовательной средой и эффективное их использование в дальнейшей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- способствовать освоению знаний, умений и навыков работы с ресурсами электронной информационно-образовательной среды;
- научить осуществлять поиск оптимальных способов решения задач образовательной деятельности с использованием средств электронно-информационной образовательной среды;
- формировать навыки работы с инструментами электронной информационно-образовательной среды для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                                                  | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений | УК-2.1 Знает алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения<br>УК-2.2 Умеет определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений<br>УК-2.3 Владеет инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений |

**3 Структура дисциплины**

Тема 1. Цифровизация и сквозные технологии в образовании

Тема 2. Применение электронных информационно-образовательных технологий в образовательной деятельности студентов

Тема 3. Работа с электронной информационно-образовательной средой

**Аннотация  
рабочей программы дисциплины  
«Английский язык для спортивных волонтеров» (ФТД.02)**

|                                                 |                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки                          | 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивно-оздоровительный туризм»                    |
| Квалификация выпускника                         | бакалавр                                              |
| Форма обучения, семестр                         | очная: 3 семестр<br>заочная: 3 семестр                |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану         | зачетных единиц: 2<br>часов: 72                       |
| Промежуточная аттестация                        | зачёт                                                 |

**1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся навыков использования иностранного языка для совершенствования профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- формировать умения читать, понимать, переводить оригинальную литературу по темам, связанным с профессиональной деятельностью;
- формировать навыки устной речи (говорение: умение вести беседу на темы, связанные с профессиональной деятельностью);
- формировать умение воспринимать иноязычную речь;
- формировать навыки активного владения базовой грамматикой и лексикой, включая лексику, представляющую нейтральный научный стиль;
- формировать навыки владения терминологией, чтения со словарем и понимания специальной литературы по профилю деятельности.

**2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины**

| <i>Формируемые компетенции</i>                                                                                                                         | <i>Индикаторы достижения компетенции</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах) | УК-4.1 Знает систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации<br>УК-4.2 Умеет логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)<br>УК-4.3 Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах) |

**3 Структура дисциплины**

Раздел 1. В городе.

Тема 1.1 Пешеходная прогулка.

Тема 1.2 Городской транспорт.

Тема 1.3 Покупки.

Раздел 2. Посещение спортивных соревнований.

Тема 2.1 Спортивные сооружения.

Раздел 3. Спортивное волонтерство.

Тема 3.1 Персонал на спортивных соревнованиях.

Тема 3.2 Работа спортивных волонтеров.