

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о документе:  
ФИО: Зекрин Фанави Хайбрахманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 03.11.2023 08:16:59  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»  
(ФГБОУ ВО «ЧГИФК»)**

Кафедра Туризма и менеджмента

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной работе

к.э.н., доцент Пиунова М.А.

« 28 » мая 2020г.

### **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Теория и методика обучения базовым видам спортивного туризма и физкультурной  
рекреации: спортивный туризм (горнолыжный) (Б1.О.26.07)**

<b>Направление подготовки</b>	<i>49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм</i>
<b>Направленность (профиль) программы магистратуры</b>	<i>Менеджмент рекреации и туризма</i>
<b>Квалификация выпускника</b>	<i>Бакалавр</i>
<b>Год начала подготовки (по учебному плану)</b>	<i>2020</i>
<b>Форма обучения, семестр</b>	<i>очная: 4 семестр заочная: 5, 6 семестр</i>
<b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>	<i>зачётных единиц: 2 часов: 72</i>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<i>зачёт</i>

Разработчик рабочей программы Горбунов С.А., к.п.н., доцент

Рецензент Мельников Д.А., к.п.н., доцент

**Рабочая программа утверждена на заседании кафедры**

Туризма и менеджмента

«12» мая 2020г., протокол № 8.

Заведующий кафедрой ТиМ к.э.н., доцент \_\_\_\_\_ Першина С.В.

**Рабочая программа утверждена учебно-методическим советом ФГБОУ ВО «ЧГИФК»**

«13» мая 2020 г., протокол № 9.

Секретарь учебно-методического совета к.б.н., доцент \_\_\_\_\_ Синяк Е.Д.

Рабочая программа дисциплины доступна в электронной информационно-образовательной среде ФГБОУ ВО «ЧГИФК», расположенной в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» [электронный ресурс]: Режим доступа: <http://eos.chifk.ru/>

## 1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

### 1.1 Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам туризма и физкультурной рекреации: спортивный туризм, горнолыжный» является формирование у бакалавров по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, способствующих формированию общепрофессиональных компетенций, предусмотренных ФГОС ВО.

Преподавание дисциплины для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов учитывает состояние здоровья и требования по доступности.

### 1.2 Задачи дисциплины

- овладеть понятийным аппаратом, используемым в теории и методике рекреации и оздоровительного туризма, в теории и методике горнолыжного спорта;
- получить общее представление о системе туризма и физкультурной рекреации, рассмотреть её компоненты и их связи;
- научиться основным техническим приёмам горнолыжного спорта для получения положительного переноса на практику туристской деятельности и рекреации;
- освоить основы техники безопасности и правила поведения на горнолыжном склоне
- получить теоретические знания о горнолыжном спорте, его соревновательной деятельности, Правилах соревнований, истории развития горнолыжного спорта.

## 2 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Процесс изучения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спортивного туризма и физкультурной рекреации: спортивный туризм (горнолыжный)» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Код компетенции по ФГОС	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<i>Общепрофессиональные компетенции</i>		
<b>ОПК-1.</b> Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей, занимающихся различного пола и возраста.	<b>ОПК-1.1.</b> 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 <b>ОПК-1.2.</b> Умеет планировать содержание занятий по физической культуре и спорту <b>ОПК-1.3.</b> Владеет технологиями планирования занятий для различных категорий занимающихся	<b>Знает:</b> - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные

		<p>аспекты планирования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- целевые результаты и параметры применяемых нагрузок;</li> <li>- методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования;</li> <li>- основные и дополнительные формы занятий;</li> <li>- документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- поддерживать высокий уровень спортивной мотивации;</li> <li>- планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;</li> <li>- планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой;</li> <li>- определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения анатомического анализа физических упражнений;</li> <li>- биомеханического анализа статических положений и движений человека;</li> <li>- планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию;</li> <li>- планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания;</li> <li>- планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС;</li> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ.</li> </ul>
--	--	---

<p><b>ОПК-2.</b> 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.</p>	<p><b>ОПК-2.1. Знает</b> средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий</p> <p><b>ОПК-2.2. Умеет</b> подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий и рекреационных мероприятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений</p> <p><b>ОПК-2.3. Владеет</b> методикой проведения занятий и рекреационных мероприятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- терминологию лыжного и горнолыжного спорта;</li> <li>- средства лыжного и горнолыжного спорта и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;</li> <li>- основы обучения в лыжном и горнолыжном спорте;</li> <li>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на лыжах;</li> <li>- основы техники перемещения в лыжном и горнолыжном спорте.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать в своей деятельности терминологию лыжного и горнолыжного спорта;</li> <li>- распределять на протяжении занятия средства лыжного и горнолыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся;</li> <li>- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в лыжного и горнолыжного спорта;</li> <li>- использовать средства лыжного и горнолыжного спорта для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);</li> <li>- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств лыжного и горнолыжного спорта.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</li> <li>- владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных элементов лыжного и горнолыжного спорта;</li> <li>- владения техникой видов лыжного и горнолыжного спорта на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- владения техникой способов передвижения в лыжном и горнолыжном спорте на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- владения техникой двигательных действий лыжного и горнолыжного</li> </ul>
---	---	--

		<p>спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств лыжного и горнолыжного спорта;</li> <li>- проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.</li> </ul>
<p><b>ОПК- 3.</b> Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью.</p>	<p><b>ОПК-3.1. Знает</b> особенности обучения технике выполнения двигательных действий в спортивном туризме, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности</p> <p><b>ОПК-3.2. Умеет</b> демонстрировать двигательные действия на занятиях по обучению технике выполнения упражнений в спортивном туризме, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности.</p> <p><b>ОПК-3.3. Владеет</b> методикой проведения занятия по обучению технике выполнения упражнений в спортивном туризме, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности.</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технику спортивных дисциплин (упражнений) лыжного и горнолыжного спорта;</li> <li>- средства и методы техникой и тактической подготовки лыжного и горнолыжного спорта;</li> <li>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) лыжного и горнолыжного спорта;</li> <li>- средства и методы физической подготовки лыжного и горнолыжного спорта;</li> <li>- воспитательные возможности занятий лыжного и горнолыжного спорта;</li> <li>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по лыжному и горнолыжному спорту;</li> <li>- основы обучения в лыжном и горнолыжном спорте;</li> <li>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений в лыжном и горнолыжном спорте.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы организации деятельности, занимающихся на занятиях по ИВС с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся;</li> <li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по лыжному и горнолыжному спорту в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать в своей деятельности терминологию лыжного и горнолыжного спорта;</li> <li>- распределять на протяжении занятия средства лыжного и горнолыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся;</li> <li>- рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития лыжного и горнолыжного спорта;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- показывать основные двигательные действия лыжного и горнолыжного спорта, специальные и подводящие упражнения;</li> <li>- объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу;</li> <li>- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по лыжному и горнолыжному спорту;</li> <li>организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения и демонстрации основных двигательных действий лыжного и горнолыжного спорта;</li> <li>- владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия лыжным и горнолыжным спортом;</li> <li>- проведения учебно-тренировочных занятий по лыжному и горнолыжному спорту по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности.</li> </ul>
<p><b>ОПК-6.</b> Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p><b>ОПК-6.1.</b> Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи, применяемые в процессе физкультурно-спортивной деятельности</p> <p><b>ОПК-6.2.</b> Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь в процессе физкультурно-спортивной деятельности</p> <p><b>ОПК-6.3.</b> Владеет навыками обеспечения безопасности при проведении занятий, физкультурно-спортивных, рекреационных, туристско-краеведческих мероприятий и соревнований</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах;</li> <li>- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;</li> <li>- гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;</li> <li>- этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма;</li> <li>- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей;</li> <li>- основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации;</li> <li>- этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</li> </ul>

- правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера.

**Умеет:**

- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;
- распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений;
- оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях;
- распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью;
- осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом;
- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;
- вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;
- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий;
- выявлять неисправности спортивных объектов, оборудования и инвентаря;
- обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;
- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по лыжной подготовке.

**Имеет опыт:**

- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;
- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;
- проведения инструктажа по технике



		<p>безопасности на занятиях лыжным и горнолыжным спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;</li> <li>- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по лыжной подготовке.</li> </ul>
<p><b>ОПК-8.</b> 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><b>ОПК-8.1</b> Знает методики анализа и контроля программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения</p> <p><b>ОПК-8.2</b> Умеет применять методики анализа и контроля программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения</p> <p><b>ОПК-8.3</b> 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><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта;</li> <li>- содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии;</li> <li>- основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия;</li> <li>- особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса;</li> <li>- основы менеджмента, управления персоналом;</li> <li>- основы эффективных коммуникаций;</li> <li>- методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе;</li> <li>- методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов;</li> <li>- нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи;</li> <li>- методы оценки качества и результативности работы подчиненных;</li> <li>- типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования;</li> </ul>

		<p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать проведенные занятия по базовым видам спорта для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности;</li> <li>- анализировать проведенные занятия для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности;</li> <li>- определять цели и задачи деятельности спортивного актива;</li> <li>- контролировать и направлять работу спортивного актива;</li> <li>- определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта;</li> <li>- оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств физической культуры и спорта;</li> <li>- руководства работой спортивного актива;</li> <li>- организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом;</li> <li>- анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.</li> </ul>
<p><b>ОПК-9.</b> Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p><b>ОПК-9.1.</b> Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния занимающихся</p> <p><b>ОПК-9.2.</b> Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся,</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем;</li> <li>- основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и</li> </ul>

	<p>интерпретировать результаты контроля</p> <p><b>ОПК-9.3.</b> Владеет методиками контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации</p> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам;</li> <li>- определять биомеханические характеристики тела человека и его движений;</li> <li>- оценивать эффективность статических положений и движений человека;</li> <li>- с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов;</li> <li>- проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки;</li> <li>- оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи;</li> <li>- использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;</li> <li>- контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола;</li> <li>- применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- проведения тестирования подготовленности занимающихся;</li> <li>- анализа и интерпретации результатов педагогического контроля</li> </ul>
<p><b>ОПК-13.</b> Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные</p>	<p><b>ОПК-13.1.</b> Знает особенности организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий;</li> <li>- положение или регламент и расписание спортивных соревнований;</li> <li>- правила эксплуатации спортивных</li> </ul>

<p>мероприятия, осуществлять мероприятия</p> <p>а также судейство</p>	<p><b>ОПК-13.2.</b> Умеет и планировать организовывать рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия</p> <p><b>ОПК-13.3.</b> Владеет методикой организации и судейства рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий</p>	<p>сооружений, оборудования и спортивной техники;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способы проверки наличия и качественных характеристик спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;</li> <li>- определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования, физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера;</li> <li>- оценивать состояние готовности спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий;</li> <li>- составлять документацию по проведению соревнований по установленному образцу;</li> <li>- организовывать и проводить судейство детских спортивных соревнований.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разработки положения о соревновании;</li> <li>- определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников;</li> <li>- составления плана ресурсного обеспечения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера;</li> <li>- участия в судействе спортивно-оздоровительных состязаний, проводимых в рамках спортивно-оздоровительного мероприятия.</li> </ul>
<p><b>ОПК-15.</b> Способен осуществлять материально-техническое сопровождение рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий</p>	<p><b>ОПК-15.1.</b> Знает требования к материально-техническому оснащению рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий</p> <p><b>ОПК-15.2.</b> Умеет выбирать средства материально-технического оснащения</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- классификацию спортивных сооружений;</li> <li>- особенности спортивных сооружений для различных видов спорта;</li> <li>- состав спортивных сооружений, их габариты, разметку, пропускную способность;</li> <li>- правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники;</li> </ul>

<p>рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий</p> <p><b>ОПК-15.3. Имеет опыт</b> составления плана материально-технического обеспечения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- параметры и оборудование различных спортивных объектов;</li> <li>- расположение зрительской зоны, помещений и устройства для судей и прессы;</li> <li>- устройство и классификации сооружений для базовых видов спорта;</li> <li>- особенности устройства спортсооружений для инвалидов.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выбирать необходимое спортивное оборудование и инвентарь для проведения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий;</li> <li>- использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта;</li> <li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;</li> <li>- использовать шаблоны и образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим характеристикам.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составления плана материально-технического обеспечения занятия, физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия;</li> <li>- проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам по ведению на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря;</li> <li>- составления документации оперативного учета и отчетности о наличии, состоянии и движении закрепленного спортивного оборудования и инвентаря;</li> <li>- обоснования предложений по развитию материально-технической базы физкультурно-спортивной организации.</li> </ul>
--	--	---

### 3 Место дисциплины в структуре профессиональной подготовки выпускников

Дисциплина «Теория и методика обучения базовым видам спортивного туризма и физкультурной рекреации: спортивный туризм (горнолыжный)» (Б1.О.26.07) относится к обязательной части блока «Дисциплины».

Знания, умения и опыт практической деятельности, сформированные при изучении дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам туризма и физкультурной рекреации: спортивный туризм, горнолыжный», будут востребованы при изучении последующих дисциплин / практик: Теория и методика физической культуры, Теория и методика физической рекреации, Учебная практика.

#### 4 Объем дисциплины и виды учебной работы

##### 4.1 Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		4 семестр	Всего
1	Контактная работа	36	36
1.1	Занятия лекционного типа	12	12
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.)	24	24
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	36	36
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	72	72
	<i>в академических часах</i>	2	2
	<i>в зачетных единицах</i>		

##### 4.2 Объем дисциплины и виды учебной работы (заочная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах		
		5 семестр	6 семестр	Всего
1	Контактная работа	2	4	6
1.1	Занятия лекционного типа	2	-	2
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.)	-	4	4
2	Самостоятельная работа / в том числе расчетно-графическая работа и подготовка к промежуточной аттестации	34	32/19	66/19
2.1	Расчетно-графическая работа	-	15	15
3	Промежуточная аттестация – зачет	-	4	4
4	Всего трудоемкость дисциплины:	36	36	72
	<i>в академических часах</i>	1	1	2
	<i>в зачетных единицах</i>			

## 5 Структура и содержание дисциплины

### 5.1 Модульный тематический план

#### 5.1.1 Модульный тематический план

№ раздела/темы	Разделы, темы дисциплины	Индикаторы достижения компетенции	Виды учебной работы и трудоемкость в часах				Трудоемкость в часах	Оценочные средства	Технологии формирования
			Контактная работа			Самостоятельная работа			
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа.	Всего				
<b>Раздел 1 Общая характеристика горнолыжного спорта. Техника безопасности при занятиях горнолыжным спортом и первая помощь пострадавшим</b>			<b>4</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>16</b>		
1.1	Общая характеристика горнолыжного спорта, история развития	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК – 1.3 ОПК-6.1 ОПК – 6.2 ОПК – 6.3 ОПК-9.1 ОПК-9.2 ОПК-9.3	2	2	4	4	8	УО-1, 3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
1.2	Основные требования к технике безопасности при занятиях горнолыжным спортом, правила оказания первой помощи пострадавшим	ОПК-8.1 ОПК-8.2 ОПК-8.3 ОПК-15.1 ОПК – 15.2 ОПК-15.3	2	2	4	4	8	УО-1, 3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
<b>Раздел 2 Основы техники горнолыжного спорта и методика обучения</b>			<b>4</b>	<b>14</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>36</b>		
2.1	Систематика, классификация и терминология горнолыжного спорта	ОПК-2.2 ОПК-2.3 ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ОПК-8.1 ОПК-8.2 ОПК-8.3 ОПК-9.1 ОПК-9.2 ОПК-9.3 ОПК-15.1 ОПК-15.2 ОПК-15.3	2	4	6	6	12	УО-1, 3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
2.2	Основные технические приёмы прохождения горнолыжного спуска и методика обучения	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3 ОПК-2.1 ОПК-2.2 ОПК-2.3 ОПК-6.1	2	10	18	12	30	УО-1, 3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ

		ОПК-6.2 ОПК-6.3 ОПК-8.1 ОПК-8.2 ОПК-8.3 ОПК-9.1 ОПК-9.2 ОПК-9.3 ОПК-13.1 ОПК-13.2 ОПК-13.3							
<b>Раздел 3 Соревновательная деятельность в горнолыжном спорте</b>			<b>4</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>20</b>		
3.1	Основы Правил соревнований в олимпийских дисциплинах горнолыжного спорта, регламент соревнований	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ОПК-8.1 ОПК-8.2 ОПК-8.3 ОПК-13.1 ОПК-13.2 ОПК-13.3 ОПК-15.1 ОПК-15.2 ОПК-15.3	2	2	2	2	4	УО-1, 3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
3.2	Организация и проведение соревнований в слаломных дисциплинах	ОПК-2.1 ОПК-2.2 ОПК-2.3 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ОПК-9.1 ОПК-9.2 ОПК-9.3 ОПК-15.1 ОПК-15.2 ОПК-15.3	2	4	6	6	12	УО-1, 3 ИС-2	ТТ ННТ
<b>Итого:</b>			<b>12</b>	<b>24</b>	<b>36</b>	<b>36</b>	<b>72</b>		

### 5.1.2 Модульный тематический план (заочная форма обучения)

№ раздела темы	Разделы, темы дисциплины	Индикаторы достижения компетенции	Виды учебной работы и трудоемкость в часах				Трудоемкость в часах	Оценочные средства	Технологии формирования
			Контактная работа			Самостоятельная работа			
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа.	Всего				
<b>5 семестр</b>									
<b>Раздел 1 Общая характеристика горнолыжного спорта. Техника безопасности при занятиях горнолыжным спортом и первая помощь пострадавшим</b>									
1.1	Общая характеристика горнолыжного спорта, история развития	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК – 1.3	1	-	1	17	18	УО-1, 3 ПР-1	ТТ ННТ



		ОПК-6.1 ОПК – 6.2 ОПК – 6.3 ОПК-9.1 ОПК-9.2 ОПК-9.3							
1.2	Основные требования к технике безопасности при занятиях горнолыжным спортом, правила оказания первой помощи пострадавшим	ОПК-8.1 ОПК-8.2 ОПК-8.3 ОПК-15.1 ОПК – 15.2 ОПК-15.3	1	-	1	17	18	УО-1, 3 ПР-1	ТТ ННТ
<b>Итого 5 семестр</b>			<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	<b>36</b>		
<b>6 семестр</b>									
<b>Раздел 2 Основы техники горнолыжного спорта и методика обучения</b>			<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>16</b>	<b>18</b>		
2.1	Систематика, классификация и терминология горнолыжного спорта	ОПК-2.2 ОПК-2.3 ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ОПК-8.1 ОПК-8.2 ОПК-8.3 ОПК-9.1 ОПК-9.2 ОПК-9.3 ОПК-15.1 ОПК-15.2 ОПК-15.3	-	1	1	8	9	УО-1, 3 ПР-1 ПН-2	ТТ ННТ
2.2	Основные технические приёмы прохождения горнолыжного спуска и методика обучения	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3 ОПК-2.1 ОПК-2.2 ОПК-2.3 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ОПК-8.1 ОПК-8.2 ОПК-8.3 ОПК-9.1 ОПК-9.2 ОПК-9.3 ОПК-13.1 ОПК-13.2 ОПК-13.3	-	1	1	8	9	УО-1, 3 ПР-1 ПН-2	ТТ ННТ
<b>Раздел 3 Соревновательная деятельность в горнолыжном спорте</b>			<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>16</b>	<b>18</b>		
3.1	Основы Правил соревнований в олимпийских дисциплинах горнолыжного спорта, регламент соревнований	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ОПК-8.1 ОПК-8.2 ОПК-8.3 ОПК-13.1 ОПК-13.2	-	1	1	8	9	УО-1, 3 ПР-1 ПН-2	ТТ ННТ

		ОПК-13.3 ОПК-15.1 ОПК-15.2 ОПК-15.3							
3.2	Организация и проведение соревнований в слаломных дисциплинах	ОПК-2.1 ОПК-2.2 ОПК-2.3 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ОПК-9.1 ОПК-9.2 ОПК-9.3 ОПК-15.1 ОПК-15.2 ОПК-15.3	-	1	1	8	9	УО-1, 3 ПН-2	ТТ ННТ
<b>Итого 6 семестр</b>			-	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>32</b>	<b>36</b>		
<b>Итого:</b>			<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>66</b>	<b>72</b>		

## 5.2 Образовательные технологии и оценочные средства, используемые при формировании компетенций

<i>Образовательные технологии, используемые для формирования компетенций</i>	<i>Оценочные средства для аттестации</i>
<p><i>ТТ – традиционные технологии:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• занятия лекционного типа;</li> <li>• занятия семинарского типа.</li> </ul> <p><i>ННТ – неимитационные неигровые технологии:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• разбор конкретных ситуаций;</li> <li>• работа в малых группах.</li> </ul>	<p><i>Устный опрос (УО):</i> УО-1 – собеседование; УО-3 – зачет.</p> <p><i>Письменные работы (ПР):</i> ПР-1 – тест, письменный ответ,</p> <p><i>Инновационные способы и средства оценки компетенций (ИС):</i> ИС-2 – балльно-рейтинговая система</p> <p><i>Контроль практических умений и навыков (ПН):</i> ПН-2 – расчетно-графическая работа</p>

## 5.3 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

### 5.3.1 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

<i>Разделы, темы</i>	<i>Содержание</i>
<b>1</b>	<b><i>Раздел 1 Общая характеристика горнолыжного спорта. Техника безопасности при занятиях горнолыжным спортом и первая помощь пострадавшим</i></b>
	<i>Тема:</i> Общая характеристика горнолыжного спорта, история развития
	<i>Занятие лекционного типа 1. Содержание горнолыжного спорта, история развития.</i>
1.1	<i>Занятие семинарского типа (семинарское занятие) 1.</i> История развития горнолыжного спорта, спортивные дисциплины современного горнолыжного спорта.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить презентацию в приложении Microsoft PowerPoint: 1) История горнолыжного спорта; 2) Правила поведения на подъемнике и склоне; 3) Вероятные травмы и оказание первой помощи пострадавшему.
	<i>Тема:</i> Основные требования к технике безопасности при занятиях горнолыжным спортом, правила оказания первой помощи пострадавшим
	<i>Занятие лекционного типа 2. Правила поведения на склоне, виды подъемников и правила пользования ими. Оказание помощи при травмах, обморожениях.</i>
1.2	<i>Занятия семинарского типа (семинарское занятие) 2.</i> Техника безопасности и профилактика травматизма при занятиях горнолыжным спортом. Правила поведения на склоне и на подъемнике. Снег, состояние снежного покрова, лавины.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить презентации в приложении Microsoft PowerPoint: 1) Правила поведения на подъемнике и склоне; 2) Вероятные травмы и оказание первой помощи пострадавшему.
<b>2</b>	<b><i>Раздел 2 Основы техники горнолыжного спорта и методика обучения</i></b>
	<i>Тема:</i> Систематика, классификация и терминология горнолыжного спорта
	<i>Занятие лекционного типа 3.</i> Классификация технических приёмов и основные термины, используемые в горнолыжном спорте для обозначения технических приёмов. Систематика технических действий. Классификация горнолыжных трасс и особенности их расстановки. Названия фигур.
2.1	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3-4.</i> Характеристики горнолыжных трасс, чередование и расстановка фигур как фактор изменения сложности.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Самостоятельно изучить вопросы методики начального обучения способам передвижения на горных лыжах (повороты с использованием «пруса» и без использования; остановки, падения). Подготовка презентации в приложении Microsoft PowerPoint характеристики горнолыжных трасс и фигуры ворот.
2.2	<i>Тема:</i> Основные технические приёмы прохождения горнолыжного спуска и методика обучения

	<p><i>Занятие лекционного типа 4. Спортивная техника горнолыжника, основы методики обучения.</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинарское занятие) 5. Основы методики обучения горнолыжной техники и методика исправления технических ошибок.</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практические занятия) 6. Обучение основам горнолыжной техники (горнолыжная школа).</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практические занятия) 7. Обучение и совершенствование техники горнолыжного спуска.</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 8-9. Обучение и совершенствование техники горнолыжного спуска – элементы учебной практики.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа: Подготовка к семинарским и практическим занятиям, подготовка конспекта фрагмента тренировочного занятия по обучению основным техническим действиям горнолыжника.</i></p>
<b>3</b>	<b><i>Раздел 3 Соревновательная деятельность в горнолыжном спорте</i></b>
	<p><i>Тема: Основы Правил соревнований в олимпийских дисциплинах горнолыжного спорта, регламент соревнований</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 5. Правила соревнований по горнолыжному спорту.</i></p>
3.1	<p><i>Занятие семинарского типа (коллоквиум) 10. Правила проведения соревнований по Олимпийским дисциплинам горнолыжного спорта, основы соревновательной деятельности горнолыжника – непосредственная подготовка к соревнованиям, особенности разминки и основные технико-тактические действия спортсмена.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа: Подготовить презентацию в Microsoft PowerPoint: правила соревнований в цифрах.</i></p>
	<p><i>Тема: Организация и проведение соревнований в слаломных дисциплинах.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 6. Организация и проведение соревнований в горнолыжном спорте.</i></p>
3.2	<p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 11-12. Организация и проведение учебных соревнований по слалому и слалому-гиганту, сдача контрольных нормативов.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа: подготовить положение о соревнованиях, регламент соревнований и смету, написать отчёт по результатам соревнований.</i></p>

### 5.3.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (заочная форма обучения)

<i>Разделы, темы</i>	<i>Содержание</i>
	<b><i>5 семестр</i></b>
<b>1</b>	<b><i>Раздел 1 Общая характеристика горнолыжного спорта. Техника безопасности при занятиях горнолыжным спортом и первая помощь пострадавшим</i></b>
	<i>Тема: Общая характеристика горнолыжного спорта, история развития</i>
1.1	<p><i>Занятие лекционного типа 1. Содержание горнолыжного спорта, история развития.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа: История развития горнолыжного спорта, спортивные дисциплины современного горнолыжного спорта Подготовить презентацию в приложении Microsoft PowerPoint: 1) История горнолыжного спорта; 2) Правила поведения на подъёмнике и склоне; 3) Вероятные травмы и оказание первой помощи пострадавшему.</i></p>
	<i>Тема: Основные требования к технике безопасности при занятиях горнолыжным спортом, правила оказания первой помощи пострадавшим</i>
1.2	<p><i>Занятие лекционного типа 1. Правила поведения на склоне, виды подъёмников и правила пользования ими. Оказание помощи при травмах, обморожениях.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа: Техника безопасности и профилактика травматизма при занятиях горнолыжным спортом. Правила поведения на склоне и на подъёмнике. Снег, состояние снежного покрова, лавины Подготовить презентации в приложении Microsoft PowerPoint: 1) Правила поведения на подъёмнике и склоне; 2) Вероятные травмы и оказание первой помощи пострадавшему.</i></p>
	<b><i>6 семестр</i></b>

<b>2</b>	<b>Раздел 2 Основы техники горнолыжного спорта и методика обучения</b>
	<i>Тема:</i> Систематика, классификация и терминология горнолыжного спорта
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Характеристики горнолыжных трасс, чередование и расстановка фигур как фактор изменения сложности.
2.1	<i>Самостоятельная работа:</i> Классификация технических приёмов и основные термины, используемые в горнолыжном спорте для обозначения технических приёмов. Систематика технических действий. Классификация горнолыжных трасс и особенности их расстановки. Названия фигур. Самостоятельно изучить вопросы методики начального обучения способам передвижения на горных лыжах (повороты с использованием «плуга» и без использования; остановки, падения). Подготовка презентации в приложении Microsoft PowerPoint характеристики горнолыжных трасс и фигуры ворот.
	<i>Тема:</i> Основные технические приёмы прохождения горнолыжного спуска и методика обучения
	<i>Занятие семинарского типа (практические занятия) 1.</i> Обучение основам горнолыжной техники (горнолыжная школа). Обучение и совершенствование техники горнолыжного спуска.
2.2	<i>Самостоятельная работа:</i> Основы методики обучения горнолыжной технике и методика исправления технических ошибок. Спортивная техника горнолыжника, основы методики обучения. Подготовка к семинарским и практическим занятиям, подготовка конспекта фрагмента тренировочного занятия по обучению основным техническим действиям горнолыжника. Обучение и совершенствование техники горнолыжного спуска – элементы учебной практики.
<b>3</b>	<b>Раздел 3 Соревновательная деятельность в горнолыжном спорте</b>
	<i>Тема:</i> Основы Правил соревнований в олимпийских дисциплинах горнолыжного спорта, регламент соревнований
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Правила проведения соревнований по Олимпийским дисциплинам горнолыжного спорта, основы соревновательной деятельности горнолыжника – непосредственная подготовка к соревнованиям, особенности разминки и основные технико-тактические действия спортсмена.
3.1	<i>Самостоятельная работа:</i> Правила соревнований по горнолыжному спорту. Подготовить презентацию в Microsoft PowerPoint: правила соревнований в цифрах.
	<i>Тема:</i> Организация и проведение соревнований в слаломных дисциплинах.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Организация и проведение учебных соревнований по слалому и слалому-гиганту, сдача контрольных нормативов.
3.2	<i>Самостоятельная работа:</i> Организация и проведение соревнований в горнолыжном спорте. Подготовить положение о соревнованиях, регламент соревнований и смету, написать отчёт по результатам соревнований.

## **6 Промежуточная аттестация по дисциплине**

### **6.1 Промежуточная аттестация по дисциплине**

Учебным планом предусмотрена следующая форма промежуточной аттестации по дисциплине:  
- зачёт в 4 семестре.

Критерии получения зачёта соответствуют «Положению о балльно-рейтинговой системе контроля успеваемости студентов ЧГИФК».

*Структура итоговой оценки учебной деятельности обучающегося по дисциплине, заканчивающейся промежуточной аттестацией*

Виды учебной деятельности	Процентное соотношение видов учебной деятельности	Сумма абс. баллов
Посещаемость	10 %	10
Текущий контроль (работа на практических занятиях, СР, активность и пр.)	60 %	60
Промежуточная аттестация (контрольные нормативы)	30 %	30

<i>Итого</i>	<i>100%</i>	<i>100</i>
--------------	-------------	------------

### *Рейтинговая система дисциплины*

<i>Разделы, темы дисциплины</i>	<i>Рейтинговые баллы</i>		
	<i>Посещение занятий</i>	<i>Текущий контроль</i>	<i>Промежуточная аттестация</i>
<b>Раздел 1. Общая характеристика горнолыжного спорта. Техника безопасности при занятиях горнолыжным спортом и первая помощь пострадавшим</b>	10	<b>12</b>	30
<i>Тема1:</i> Общая характеристика горнолыжного спорта, история развития		6	
<i>Тема2:</i> Основные требования к технике безопасности при занятиях горнолыжным спортом, правила оказания первой помощи пострадавшим		6	
<b>Раздел 2. Основы техники горнолыжного спорта и методика обучения</b>		<b>32</b>	
<i>Тема1:</i> Систематика, классификация и терминология горнолыжного спорта		12	
<i>Тема2:</i> Основные технические приёмы прохождения горнолыжного спуска и методика обучения		20	
<b>Раздел 3. Соревновательная деятельность в горнолыжном спорте</b>		<b>16</b>	
<i>Тема1:</i> Основы Правил соревнований в олимпийских дисциплинах горнолыжного спорта, регламент соревнований		4	
<i>Тема2:</i> Организация и проведение соревнований в слаломных дисциплинах		12	
<b>ИТОГО</b>		<b>10</b>	
		<b>100</b>	

Перевод рейтинговых баллов, набранных обучающимся, осуществляется согласно представленной ниже таблице.

#### *Шкала перевода баллов в национальный числовой эквивалент, международную буквенную оценку*

<i>Сумма баллов за текущий контроль и посещаемость</i>	<i>Сумма баллов за промежуточную аттестацию</i>	<i>Сумма условных баллов (процентов)</i>	<i>Зачет /незачет</i>	<i>Числовой эквивалент</i>	<i>Оценка</i>	<i>Буквенное обозначение (Оценка ECTS)</i>
68-70	29-30	97-100	Зачет	5	Отлично	A
66-67	27-28	93-96		5	Очень хорошо	B
56-65	21-26	77-92		4	Хорошо	C
45-55	18-20	63-76		3	Удовлетворительно	D
35-44	15-17	50-62		3	Посредственно	E
20-34	12-14	31-49	Незачет	2	Неудовлетворительно	Fx
0-19	0-11	0-30		2		F

### **6.2 Промежуточная аттестация по дисциплине (заочная форма обучения)**

Учебным планом предусмотрена следующая форма промежуточной аттестации по дисциплине:  
- *зачет в 6 семестре.*

Промежуточная аттестация обучающихся проводится с учетом результатов текущего контроля. Задолженности по текущему контролю должны быть ликвидированы.

Формы ликвидации задолженностей:

- устная (беседа с преподавателем во время индивидуальных консультаций),

- письменная.

Оценочные материалы и критерии оценивания указаны в фондах оценочных средств и методических материалах дисциплины.

## 7 Перечень основной и дополнительной литературы

### *Основная литература:*

1. Бабич В.В., Федцов В.Г. Начальная подготовка горнолыжника: Учеб.пособие – М.: Советский спорт, 2003.
2. Горайнов А.Г. Горные лыжи и сноуборд. Карвинговая техника. - М.: Рипол классик, 2006. - 203 с.
3. Раменская Т.И., Баталов А.Г. Лыжный спорт: Учебник. – М: Флинта: Наука, 2004.
4. Ремизов Л.П. Горные лыжи: уроки на снегу. - М.: Профиздат, 1998.

### *Дополнительная литература*

1. Германов, Г.Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры: учеб. Пособие для бакалавриата и магистратуры / Г.Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2017. – 224 с
2. Красников А.А. Проблемы общей теории спортивных соревнований / Красников А.А. - М.: СпортАкадемПресс, 2003. - 323 с.
3. Кузнецов В.С., Холодов Ж.К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта [Текст]: учеб.пособие.- 5-е изд., перераб. и доп. – М.: Академия, 2014. – 208 с.
4. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2014. – 624 с.
5. Преображенский В.С. Горные лыжи: Практич. пособие. – М.: физкультура и спорт, 2005.
6. Раменская Т.И., Баталов А.Г. Лыжный спорт: Учеб. пособие для самостоятельной работы студентов ВУЗов, обучающихся по направлению 032100 «Физическая культура» по лыжному спорту. – М: Физическая культура, 2005.
7. Современная система спортивной подготовки / ред. Суслов Ф.П. [и др.]. - М.: [СААМ], 1995. - 446 с.

## 8 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

### 8.1 Перечень лицензионного программного обеспечения и информационных справочных систем

<i>№ п.п.</i>	<i>Наименование программного продукта</i>
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1.	Операционная система Windows 10 Pro
2.	Операционная система Windows 7 Professional
3.	Операционная система Windows 8 Pro
4.	Операционная система Windows 8.1 Pro
5.	Операционная система Windows Server 2008
6.	Операционная система Windows Server 2012
7.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard
8.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2013 Standard
9.	Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard
10.	ABBY FineReader 11 Corporate Edition
11.	Kaspersky Endpoint Security 11
12.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
13.	VideoStudio Pro X4 License (1 - 10)
14.	Astra Linux Special Edition
15.	СПС Консультант-плюс

16.	Stat+ Professional 5.8 (Академическая версия) <i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>
17.	Яндекс Браузер
18.	Kinovea
19.	STDUViewer
20.	Telegram

### 8.2 Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

- Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГИФК) – лицензионный договор на использование программных средств для автоматизации информационно-библиотечной деятельности №045/2012-М от 26.04.2012 г, лицензия действует бессрочно;
- Электронно-библиотечная система IPRbooks – контракт №3214/19 от 05.07.2019, лицензия продлевается ежегодно.

### 8.3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» [электронный ресурс]: Режим доступа: <http://window.edu.ru/window>.
2. Консультант Плюс» - информационно-правовая система по всем отраслям деятельности. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.consultant.ru>.
3. Сайт «eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.elibrary.ru/>.
4. Сайт о лыжном спорте для учителей, тренеров и спортсменов – <http://www.fizsport.ru>
5. Сайт федерации горнолыжного спорта – <http://www.fgssr.ru/>
6. Центральная отраслевая библиотека ФКиС [Электронный ресурс] - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/>

### 8.4 Компьютерные обучающие и контролирующие программы

Отсутствуют.

### 8.5 Аудио- и видео-пособия

Отсутствуют.

## 9 Материально-техническое обеспечение дисциплины

<p>аудитория № 102</p> <p>учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа; занятий семинарского типа; групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, 67</p>	<p>22 посадочных места</p> <p>Демонстрационное оборудование: экран, проектор, ноутбук</p> <p>Учебное оборудование: учебная доска</p> <p>Учебно-наглядные пособия: плакаты</p>	<p>Операционная система семейства Windows тип лицензии OEM, пакет офисных программ лицензия №61014493</p>
<p>аудитория № 102-А</p> <p>учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа; занятий семинарского типа; групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, 67</p>	<p>24 посадочных места</p> <p>Демонстрационное оборудование: интерактивная доска, проектор, ноутбук</p> <p>Учебное оборудование: учебная доска</p>	<p>Операционная система семейства Windows № лицензии 43037028, пакет офисных программ лицензия №62041969</p>
<p>аудитория № 421</p> <p>учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа; занятий семинарского типа; групповых и</p>	<p>38 посадочных мест</p> <p>Экран, проектор, ноутбук, акустическая система</p>	<p>Операционная система семейства Windows № лицензии 43477160, пакет офисных программ</p>



индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации  г. Чайковский, ул. Ленина, 67		лицензии № 61543164
аудитория № 109 библиотека, помещение для самостоятельной работы  г. Чайковский, ул. Ленина, 67	48 посадочных мест Демонстрационное оборудование: компьютер Lenovo S40-40 (14 шт.), компьютер Instar Modern (2 шт.), компьютер Aquarius Pro P30 (1 шт.), копировальный аппарат WorkCentre – 1 шт., сканер CanonCanoScanLIDE210 (1 шт.), читающая машина Sara CE (1 шт.), принтер Брайля EmBraile ViewPlus (1шт.), тактильный дисплей Брайля Focus 14 Blue (1шт.)	Автоматизированная информационно- библиотечная система «МАРК-SQL» (marc21). Автоматизированная Информационная система «МАРК-SQL» - Internet Лицензионный договор на использование программных средств для автоматизации информационно- библиотечной деятельности № 045/2012-М от 26 апреля 2012г.
аудитория № 204 аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ) и самостоятельной работы  г. Чайковский, ул. Ленина, 67	Демонстрационное оборудование: компьютеры (3 шт.)	Операционная система семейства Windows № лицензии 62041969, пакет офисных программ лицензия № 62686821
Аудитория № 424 для проведения индивидуальных консультаций  г. Чайковский, ул. Ленина, 67	5 посадочных мест – Компьютер acer (1 шт.). – Ноутбук (ASUS – 2шт.) – Ноутбук (emachines D520 – 1 шт.) – МФУ HP LaserJet 1536dnf – Принтер HP LaserJet PRO 400 аудио-колонки – 1 шт.	-
аудитория № 312 учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации  г. Чайковский, п. Прикамский, ул. Пионерская, 48	14 посадочных мест	–
аудитория №6 Методический кабинет зала акробатики учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации  г. Чайковский, п. Прикамский, ул. Пионерская, 48	14 посадочных мест Демонстрационное оборудование: компьютер Учебное оборудование: учебная доска, доска маркерная	Операционная система семейства Windows тип лицензии OEM, пакет офисных программ лицензия № 46300350
аудитория №12 Зал акробатики учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа; групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации  г. Чайковский, п. Прикамский, ул.	не более 18 человек Спортивный инвентарь и оборудование: батут (4 шт.), гимнастическая дорожка (1 шт.), гимнастический помост (1 шт.), яма приземления (1 шт.)	–

<p>Пионерская, 48 аудитория № 20 помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования</p> <p>г. Чайковский, п. Прикамский, ул. Пионерская, 48</p>	<p>Спортивный инвентарь и оборудование: лыжный инвентарь (28 пар), сноуборды (6 шт.), коньки (15 пар)</p>	-
<p>аудитория № 21 помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования</p> <p>г. Чайковский, п. Прикамский, ул. Пионерская, 48</p>	<p>Горнолыжный инвентарь (лыжи, палки, ботинки), станок для подготовки лыж</p>	-
<p>аудитория № 24 помещение для подготовки, хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования</p> <p>г. Чайковский, п. Прикамский, ул. Пионерская, 48</p>	<p>не более 10 человек</p>	-
<p>аудитория № 25 учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации</p> <p>г. Чайковский, п. Прикамский, ул. Пионерская, 48</p>	<p>14 посадочных мест Учебное оборудование: учебная доска, доска маркерная</p>	
<p>Универсальная спортивная площадка (большая) для проведения занятий семинарского типа; групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации</p> <p>г. Чайковский, п. Прикамский, ул. Пионерская, 48</p>	<p>не более 10 человек Спортивный инвентарь и оборудование: баскетбольные щиты, стойка для волейбола, ворота для мини футбола, стойка для большого тенниса</p>	
<p>Горнолыжные трассы для проведения занятий семинарского типа; групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации</p> <p>г. Чайковский, п. Прикамский, ул. Пионерская, 48</p>	<p>Спортивный инвентарь и оборудование: бугельная канатная дорога (большая и малая)</p>	-

Особенности проведения занятий, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья отражены в Положении об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

## **Рецензия**

*на рабочую программу дисциплины*

«Теория и методика обучения базовым видам туризма и физкультурной рекреации: спортивный туризм, горнолыжный» (Б1.О.26.07) для студентов 2 курса бакалавриата, направление подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм.

Программа подготовлена на кафедре Теории и методики физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО «ЧГИФК» Горбуновым Сергеем Анатольевичем.

Рабочая программа включает разделы: пояснительную записку с определением цели и задач дисциплины; место дисциплины в структуре основной образовательной программы; общую трудоемкость дисциплины; результаты обучения представлены формируемыми компетенциями; образовательные технологии; формы промежуточной аттестации; содержание дисциплины и учебно-тематический план; перечень практических навыков; учебно-методическое, информационное и материально-техническое обеспечение дисциплины.

В рабочей программе дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам туризма и физкультурной рекреации: спортивный туризм, горнолыжный» указаны критерии оценки текущего контроля. В тематическом плане дисциплины выделены внутродисциплинарные модули: введение; основные понятия, используемые в спортивной подготовке горнолыжников; правила поведения и основы техники безопасности в горах; Правила спортивных соревнований и особенности их организации и проведения, что отвечает требованию современного ФГОС ВО.

Образовательные технологии обучения характеризуются не только общепринятыми формами лекции и практические занятия, но и интерактивными формами, такими как - создание мультимедийных презентаций, подготовка конспектов учебных занятий, разбор конкретных ситуаций, обсуждение задач; организация и проведение спортивных соревнований.

Таким образом, рабочая программа дисциплины (*модуля*) полностью соответствует ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм и может быть использована в учебном процессе ФГБОУ ВО «ЧГИФК».

доцент кафедры ТиМ, к.п.н.

Мельников Д.А.