

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Уайблатманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 02.11.2023 08:11:28  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)**

Кафедра Туризма, менеджмента и оздоровительных технологий

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной работе  
к.п.н., доцент Фендель Т.В.

«27» апреля 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Научные исследования в рекреации, туризме и ориентировании (Б1.В.05)**

<b>Направление подготовки</b>	<i>49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм</i>
<b>Направленность (профиль) программы бакалавриата</b>	<i>«Спортивно-оздоровительный туризм»</i>
<b>Квалификация выпускника</b>	<i>бакалавр</i>
<b>Год начала подготовки (по учебному плану)</b>	<i>2023</i>
<b>Форма обучения, семестр</b>	<i>очная: 5 семестр заочная: 5 семестр</i>
<b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>	<i>зачетных единиц: 3 часов: 108</i>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<i>зачет</i>

Разработчик рабочей программы:

Возисова М.А., к.п.н.,  
доцент

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры ТМиОТ

Протокол от «11» апреля 2023 г. № 12

Рабочая программа одобрена на заседании УМС

Протокол от «26» апреля 2023 г.  
№ 9

Чайковский 2023

## 1 Цель и задачи дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины

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

### 1.2 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

Дисциплина «Научные исследования в рекреации, туризме и ориентировании» относится к обязательной части блока «Дисциплины».

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Процесс изучения дисциплины «Научные исследования в рекреации, туризме и ориентировании» направлен на формирование следующей компетенции в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемая компетенция	Индикаторы достижения компетенции
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.	<b>УК-2.1 Знает</b> алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения. <b>УК-2.2 Умеет</b> определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. <b>УК-2.3 Владеет</b> инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.

## 3 Объем дисциплины и виды учебной работы

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		5 семестр	Всего
1	Контактная работа	48	48
1.1	Занятия лекционного типа	16	16
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	32/0	32/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	60/0	60/0
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	108	108
	<i>в академических часах</i>		
	<i>в зачетных единицах</i>	3	3

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		5 семестр	Всего
1	Контактная работа	12	12
1.1	Занятия лекционного типа	4	4
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	6/0	6/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	98/4	98/4
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:		
	<i>в академических часах</i>	108	108
	<i>в зачетных единицах</i>	3	3

### 4 Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для текущего контроля и проведения промежуточной аттестации обучающихся оформлен как Приложение №1 к рабочей программе дисциплины.

### 5 Структура и содержание дисциплины

#### 5.1 Модульный тематический план

##### 5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

№ темы	Темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах				Трудоемкость, в часах
		Контактная работа			Самостоятельная работа	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
		всего	в т.ч. в форме практической подготовки			
1	История развития исследований в туризме и ориентировании	2	4	0	6	12
2	Основные понятия исследовательской деятельности	2	4	0	6	12
3	Экспериментальные исследования в рекреации, туризме и ориентировании	2	4	0	8	14
4	Организация и проведение оздоровительного туристского похода (пример исследования).	2	4	0	8	14
5	Расчетные методы в организации спортивно-оздоровительного туризма и ориентировании	2	4	0	8	14
6	Прогнозирование рекреационной направленности туристских походов.	2	4	0	8	14
7	Расчет показателей состояния развития спортивно-оздоровительного туризма и ориентирования	2	4	0	8	14
8	Врачебно-педагогические наблюдения, контроль и самоконтроль в рекреации, туризме и ориентировании	2	4	0	8	14
	Итого:	16	32	0	60	108

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

№ темы	Темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах				Трудоемкость, в часах
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа.		Самостоятельная работа	
			всего	в т.ч. в форме практической подготовки		
1	История развития исследований в туризме и ориентировании	2	0	0	12	14
2	Основные понятия исследовательской деятельности	0	0	0	12	12
3	Экспериментальные исследования в рекреации, туризме и ориентировании	2	0	0	10	12
4	Организация и проведение оздоровительного туристского похода (пример исследования).	0	0	0	12	12
5	Расчетные методы в организации спортивно-оздоровительного туризма и ориентировании	0	2	0	12	14
6	Прогнозирование рекреационной направленности туристских походов.	0	2	0	10	12
7	Расчет показателей состояния развития спортивно-оздоровительного туризма и ориентирования	0	2	0	12	14
8	Врачебно-педагогические наблюдения, контроль и самоконтроль в рекреации, туризме и ориентировании	0	0	0	14	14
	Контроль					4
	Итого:	4	6	0	94	108

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.

### 5.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

#### 5.2.1 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (очная форма обучения)

№ темы	Содержание
1	<i>Тема. История развития исследований в туризме и ориентировании</i>
	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> История развития исследований в туристской деятельности и ориентировании. Цели и задачи научного исследования туризма и ориентирования, стратегия и тактика развития туризма, методологические подходы к исследованию туристской деятельности и ориентировании.
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 1-2.</i> Методика научных исследований в туризме и ориентировании. Этапы и виды исследований, цели и задачи исследований. Особенности методики исследований в туристской деятельности и ориентировании.
	<i>Самостоятельная работа:</i> написать эссе на тему: Роль научных исследований в рекреации, туризме и ориентировании.
2	<i>Тема. Основные понятия исследовательской деятельности</i>
	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Характеристика и содержание основных понятий исследовательской деятельности в туризме. Функциональные особенности науки о туризме, требования к методам исследования в туризме. Постановка научной проблемы в туризме.
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 3-4.</i> Написание алгоритма организации и проведения исследовательской деятельности в туризме. Применение закона перехода количественных изменений в качественные при научных исследованиях в туризме, формы логического мышления при исследовании туризма.

	<p><i>Самостоятельная работа:</i> написать конспект на тему – история развития исследовательской деятельности в туризме</p> <p><i>Тема. Экспериментальные исследования в рекреации, туризме и ориентировании</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Содержание экспериментальных исследований в туризме в рекреации, туризме и ориентировании. Эксперимент как практический метод исследования. Методы исторический, логический и экспертных оценок при исследованиях в рекреации, туризме и ориентировании.</p>
3	<p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия)5-6.</i> Рассмотрение исследования «О влиянии спортивно-оздоровительного туризма на некоторые психофизиологические показатели организма студенческой молодежи». Виды экспериментальной работы в рекреации, туризме и ориентировании</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Написание краткого анализ влияние занятий спортивно-оздоровительным туризмом на организм школьников</p>
4	<p><i>Тема. Организация и проведение оздоровительного туристского похода (пример исследования).</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 4.</i> Планирование оздоровительного туристского похода. Планирование физической подготовки, функциональное состояние туриста, построение программы организации и проведения туристского похода, разработка комплекса физических упражнений в соответствии с требованиями похода.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 7-8.</i> Экспериментальная проверка программы оздоровительного туристского похода. Организация и проведение педагогического эксперимента, сравнение уровня физической подготовленности туристов контрольной и экспериментальной группы.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Создать презентацию комплекс статодинамических упражнений и оптимальное количество повторений в рамках проведения эксперимента в рекреации, туризме и ориентировании</p>
5	<p><i>Тема. Расчетные методы в организации спортивно-оздоровительного туризма и ориентировании</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 5.</i> Определение модельных характеристик спортивных туристских походов. Расчетный метод определения механической работы.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 9-10.</i> Расчетный метод определения скорости передвижения туриста – пешеходника и ориентировщика. Вероятностный подход к оценке безопасности человека в природных условиях. Выявление значения вероятности для туристской деятельности.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Письменное сообщение – Чрезвычайные ситуации на территории Приволжского федерального округа</p>
6	<p><i>Тема. Прогнозирование рекреационной направленности туристских походов.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 6.</i> Определение дозирования физической нагрузки по объему и интенсивности. Формула оценки энергоёмкость пути</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 11-12.</i> Расчет энергоёмкости пути для туристских походов (пеший, горный, водный туризм)</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Написать план-конспект рекреационные возможности Приволжского федерального округа</p>
7	<p><i>Тема. Расчет показателей состояния развития спортивно-оздоровительного туризма и ориентирования</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 7.</i> Содержание форм и оценки уровня состояния и развития спортивно-оздоровительного туризма и ориентирования. Историческое развитие спортивного туризма и ориентирования и его перспективы на современном этапе.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия)13-14.</i> Работа с документами – журналы МКК, маршрутные книжки, справки о зачете СТП, протоколы МКК о присвоении спортивных разрядов, паспорт – отчет региональной федерации спортивного туризма и ориентирования</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Письменное сообщение – составление протоколов МКК о присвоении спортивных разрядов</p>
8	<p><i>Тема: Врачебно-педагогические наблюдения, контроль и самоконтроль в рекреации, туризме и ориентировании</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 8.</i> Основные методы врачебно-педагогического наблюдения в рекреации, туризме и ориентировании</p> <p>Медико-физиологическая оценка организации и методики проведения тренировочного процесса. Контроль режима двигательной активности на различных этапах подготовки. Изучение общей и специальной физической и технической подготовленности, выявление уровня подготовки.</p>

	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 15-16.</i> Текущий контроль динамики физических, технических, тактических, психологических качеств спортсмена в ходе тренировочного процесса. Контроль и самоконтроль в рекреации, туризме и ориентировании. Планирование и коррекция тренировочного процесса туриста по результатам текущего учебно-педагогического контроля.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Составить доклад на тему: Возрастные нормативы двигательных тестов в рекреации, туризме и ориентировании.

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

<i>№ темы</i>	<i>Содержание</i>
1	<p><i>Тема. История развития исследований в туризме и ориентировании</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> История развития исследований в туристской деятельности и ориентировании. Цели и задачи научного исследования туризма и ориентирования, стратегия и тактика развития туризма, методологические подходы к исследованию туристской деятельности и ориентировании.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> написать эссе на тему: Роль научных исследований в рекреации, туризме и ориентировании. Рассмотреть темы - Методика научных исследований в туризме и ориентировании. Этапы и виды исследований, цели и задачи исследований. Особенности методики исследований в туристской деятельности и ориентировании.</p>
2	<p><i>Тема. Основные понятия исследовательской деятельности</i></p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> написать конспект на тему – история развития исследовательской деятельности в туризме. Рассмотреть темы - Характеристика и содержание основных понятий исследовательской деятельности в туризме. Функциональные особенности науки о туризме, требования к методам исследования в туризме. Постановка научной проблемы в туризме. Написание алгоритма организации и проведения исследовательской деятельности в туризме. Применение закона перехода количественных изменений в качественные при научных исследованиях в туризме, формы логического мышления при исследовании туризма.</p>
3	<p><i>Тема. Экспериментальные исследования в рекреации, туризме и ориентировании</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Содержание экспериментальных исследований в туризме в рекреации, туризме и ориентировании. Эксперимент как практический метод исследования. Методы исторический, логический и экспертных оценок при исследованиях в рекреации, туризме и ориентировании. Рассмотрение исследования «О влиянии спортивно-оздоровительного туризма на некоторые психофизиологические показатели организма студенческой молодежи». Виды экспериментальной работы в рекреации, туризме и ориентировании</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Написание краткого анализа влияние занятий спортивно-оздоровительным туризмом на организм школьников</p>
4	<p><i>Тема. Организация и проведение оздоровительного туристского похода (пример исследования).</i></p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Создать презентацию комплекс статодинамических упражнений и оптимальное количество повторений в рамках проведения эксперимента в рекреации, туризме и ориентировании. Рассмотреть темы - Планирование оздоровительного туристского похода. Планирование физической подготовки, функциональное состояние туриста, построение программы организации и проведения туристского похода, разработка комплекса физических упражнений в соответствии с требованиями похода. Экспериментальная проверка программы оздоровительного туристского похода.</p> <p>Организация и проведение педагогического эксперимента, сравнение уровня физической подготовленности туристов контрольной и экспериментальной группы.</p>
5	<p><i>Тема. Расчетные методы в организации спортивно-оздоровительного туризма и ориентировании</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Определение модельных характеристик спортивных туристских походов. Расчетный метод определения механической работы. Расчетный метод определения скорости передвижения туриста – пешеходника и ориентировщика. Вероятностный подход к оценке безопасности человека в природных условиях. Выявление значения вероятности для туристской деятельности.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Письменное сообщение – Чрезвычайные ситуации на территории Приволжского федерального округа</p>
6	<p><i>Тема. Прогнозирование рекреационной направленности туристских походов.</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Определение дозирования физической</p>

	нагрузки по объему и интенсивности. Формула оценки энергоёмкость пути. Расчет энергоёмкости пути для туристских походов (пеший, горный, водный туризм)
	<i>Самостоятельная работа:</i> Написать план-конспект рекреационные возможности Приволжского федерального округа
7	<p><i>Тема. Расчет показателей состояния развития спортивно-оздоровительного туризма и ориентирования</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)</i> 3. Содержание форм и оценки уровня состояния и развития спортивно-оздоровительного туризма и ориентирования. Историческое развитие спортивного туризма и ориентирования и его перспективы на современном этапе. Работа с документами – журналы МКК, маршрутные книжки, справки о зачете СТП, протоколы МКК о присвоении спортивных разрядов, паспорт – отчет региональной федерации спортивного туризма и ориентирования</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Письменное сообщение – составление протоколов МКК о присвоении спортивных разрядов</p>
8	<p><i>Тема: Врачебно-педагогические наблюдения, контроль и самоконтроль в рекреации, туризме и ориентировании</i></p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Составить доклад на тему: Возрастные нормативы двигательных тестов в рекреации, туризме и ориентировании. Основные методы врачебно-педагогического наблюдения в рекреации, туризме и ориентировании. Изучить материал по теме - Медико-физиологическая оценка организации и методики проведения тренировочного процесса. Контроль режима двигательной активности на различных этапах подготовки. Изучение общей и специальной физической и технической подготовленности, выявление уровня подготовки. Текущий контроль динамики физических, технических, тактических, психологических качеств спортсмена в ходе тренировочного процесса. Контроль и самоконтроль в рекреации, туризме и ориентировании. Планирование и коррекция тренировочного процесса туриста по результатам текущего врачебно-педагогического контроля.</p>

## 6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 6.1 Рекомендуемая литература

#### 6.1.1 Обязательная литература

1. Чекардовская И.А., Бакановская Л.Н. Основы научных исследований с применением современных информационных технологий. Издательство: Тюменский индустриальный университет, 2022.— Текст: электронный // IPR SMART : [сайт]. - URL: <https://www.iprbookshop.ru/122420.html>
2. Никитушкин В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта: учебник-М.: Советский спорт, 2013 – печатн. 4 экз.

#### 6.1.2 Дополнительная литература

1. Организация туристской деятельности по отдельным видам туризма: общие требования безопасности и специфика: учебное пособие для бакалавров / Кобызев Н.С., Кобызева Е.В. Издательство: Ай Пи Ар Медиа, 2022— Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. <https://www.iprbookshop.ru/119623.html>.

## 6.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

### 6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

№ п.п.	Наименование программного продукта
<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

### 6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

<i>Электронно-библиотечные системы</i>		<i>Ссылка на ресурс</i>
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	<a href="http://bibleo.chifk.ru/marcweb2/Default.asp">http://bibleo.chifk.ru/marcweb2/Default.asp</a>
2.	Электронно-библиотечная система IPRbooks	<a href="https://www.iprbookshop.ru/?&amp;a">https://www.iprbookshop.ru/?&amp;a</a>
3.	«Сетевая электронная библиотека вузов физкультуры и спорта» (ООО ЭБС «Лань»)	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>
4.	Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс]	<a href="http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/">http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/</a>

## 7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

<i>Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для самостоятельной работы обучающихся</i>	<i>Оборудование и технические средства обучения</i>
аудитория № 311 учебная аудитория для проведения учебных занятий  г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор.
аудитория № 321 учебная аудитория для проведения учебных занятий  г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук
аудитория № 324 учебная аудитория для проведения учебных занятий  г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук.
аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся  г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии.



