

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Демченко Альберт Михайлович  
Должность: И.о. ректора  
Дата подписания: 04.06.2026 15:19:19  
Уникальный программный ключ:  
735ac335104bb4cd044a23562564d177d3d81162

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 УВР

к.п.н., доцент Фендель Т.В.

« 30 » апреля 2026 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Педагогическое совершенствование в физкультурно-спортивной деятельности (Б1.В.ДВ.06.01)

<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>2026</i>
<b>Форма обучения, семестр</b>	<i>очная: 7, 8 семестр заочная: 7, 8, 9 семестр</i>
<b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>	<i>зачетных единиц: 6 часов: 216</i>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<i>зачёт, экзамен</i>

Разработчик рабочей программы:

Мельников Д.А.,  
к.п.н., доцент

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры ТМиОТ

Протокол от «14» апреля 2026 г. № 10

Рабочая программа одобрена на заседании УМС

Протокол от «16» апреля 2026 г. № 9

## 1 Цель и задачи дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины

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.

### 1.2 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

Дисциплина «Педагогическое совершенствование в физкультурно-спортивной деятельности» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений блока «Дисциплины», и является дисциплиной по выбору.

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 «Педагогическое совершенствование в физкультурно-спортивной деятельности» направлен на формирование следующей компетенции в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

<i>Формируемые компетенции</i>	<i>Индикаторы достижения компетенции</i>
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.	<b>УК-6.2</b> Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; использовать знание о своих ресурсах и их пределах для саморазвития; способен к анализу собственной деятельности. <b>УК-6.3</b> Владеет методами управления собственным временем; планирует и реализует траекторию своего профессионального и личностного роста на основе принципов образования в течение всей жизни.
ПК-2 Способен осуществлять организацию досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы.	<b>ПК-2.2</b> Умеет осуществлять организацию досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы. <b>ПК-2.3</b> Владеет навыком организации досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы.
Профессиональный стандарт 01.003 "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" / ОТФ: А. Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам	

## 3 Объем дисциплины и виды учебной работы

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах			
		7 семестр	8 семестр	Всего	
1	Контактная работа	48	48	96	
1.1	Занятия лекционного типа	16	16	32	
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	64/0	
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	60/0	60/27	120/27	
3	Промежуточная аттестация – зачёт	+	-	+	
	экзамен	-	+	+	
4	Всего трудоемкость дисциплины:	<i>в академических часах</i>	108	108	216
		<i>в зачетных единицах</i>	3	3	6

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах			
		7 семестр	8 семестр	9 семестр	Всего
1	Контактная работа	4	10	12	26
1.1	Занятия лекционного типа	4	2	4	10
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др. в том числе в форме практической подготовки)	0/0	8/0	8/0	16/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	50/0	44/4	96/9	190/13
3	Промежуточная аттестация – зачёт	-	+	-	+
	экзамен	-	-	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	54	54	108	216
	<i>в академических часах</i>	1,5	1,5	3	6
	<i>в зачетных единицах</i>				

### 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			
7 семестр						
1	Этапы многолетнего тренировочного процесса юных спортсменов	4	8	0	12	24
2	Этап высшего спортивного мастерства	2	4	0	12	18
3	Инвентарь и оборудование в спортивном туризме и ориентировании	4	8	0	12	24
4	Управление физкультурно-спортивной деятельностью в спортивном туризме и ориентировании	2	6	0	12	20
5	Спортивные разряды, звания, судейские категории	4	6	0	12	22
Итого за 7 семестр:		16	32	0	60	108
8 семестр						
6	Программное обеспечение в физкультурно-спортивных организациях	4	8	0	14	26
7	Учебная документация тренера, тренера-преподавателя	4	8	0	14	26
8	Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	4	8	0	16	28
9	Профильная подготовка студентов в дисциплине «Педагогическое совершенствование в физкультурно-спортивной деятельности»	4	8	0	16	28
Итого за 8 семестр:		16	32	0	60	108
Итого:		32	64	0	120	216

### 5.1.2 Модульный тематический план (заочная 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			
<b>7 семестр</b>						
1	Этапы многолетнего тренировочного процесса юных спортсменов.	2	0	0	14	16
2	Этап высшего спортивного мастерства.	0	0	0	18	18
3	Инвентарь и оборудование в спортивном туризме и ориентировании	2	0	0	18	20
Итого за 7 семестр:		4	0	0	50	54
<b>8 семестр</b>						
4	Управление физкультурно-спортивной деятельностью в спортивном туризме и ориентировании	0	4	0	18	22
5	Спортивные разряды, звания, судейские категории.	2	4	0	26	32
Итого за 8 семестр:		2	8	0	44	54
<b>9 семестр</b>						
6	Программное обеспечение в физкультурно-спортивных организациях.	2	2	0	24	28
7	Учебная документация тренера, тренера-преподавателя.	2	2	0	24	28
8	Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения.	0	2	0	24	26
9	Профильная подготовка студентов в дисциплине «Педагогическое совершенствование в физкультурно-спортивной деятельности»	0	2	0	24	26
Итого за 9 семестр:		4	8	0	96	108
Итого:		10	16	0	190	216

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
<b>7 семестр</b>	
<i>Тема Этапы многолетнего тренировочного процесса юных спортсменов</i>	
1	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Особенности тренировки начинающих спортсменов в группах предварительной подготовки в спортивном туризме. Задачи и преимущественная направленность тренировки в спортивно-оздоровительных группах и группах начальной подготовки. Особенности тренировки на тренировочном этапе. Задачи и преимущественная направленность тренировки на этапе спортивной специализации.
	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Основные формы тренировочного процесса. Характеристики формирования групп спортивной подготовки. Соотношение тренировочного процесса по видам подготовки на тренировочном этапе. Особенности тренировки на этапе совершенствования спортивного мастерства.
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 1,2,3,4.</i> Учебно-тематическое планирование в спортивно-оздоровительных группах и группах начальной подготовки на основе федеральных государственных стандартов по виду спорта. Контрольно-переводные нормативы, оценка уровня

	<p>подготовленности.</p> <p>Овладение методикой показа, рассказа, объяснения. Овладение методами и методическими приемами. Подготовка конспекта, мест занятий. Проведение учебно-тренировочные занятия с группами предварительной подготовки в подготовительный, соревновательный период и переходный период. Контроль нагрузки. Анализ проведенного занятия.</p> <p>Учебно-тематическое планирование на тренировочном этапе подготовки на основе федеральных государственных стандартов по виду спорта. Контрольно-переводные нормативы, оценка уровня подготовленности.</p> <p>Подготовка конспекта, мест занятий. Проведение учебно-тренировочные занятия с группами этапа спортивной специализации в подготовительный, соревновательный период и переходный период. Контроль нагрузки. Анализ проведенного занятия.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Изучить темы: Отбор юных спортсменов в ИВС. Закономерности протекания естественного отбора и применение их в искусственных методах отбора. Этапы отбора: предварительный (первичный); углубленный (вторичный); спортивной ориентации; в сборные команды района, области, страны. Информативные показатели при отборе. Сенситивные периоды развития физических качеств, необходимых в ИВС на этапе предварительной подготовки. Средства и методы их развития.</p>
	<p style="text-align: center;"><i>Тема Этап высшего спортивного мастерства</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Особенности тренировки на этапе высшего спортивного мастерства в спортивном туризме. Задачи и преимущественная направленность тренировки на этапе высшего спортивного мастерства. Основные формы тренировочного процесса. Характеристики формирования групп на этапе высшего спортивного мастерства. Соотношение тренировочного процесса по видам подготовки.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 5,6.</i> Учебно-тематическое планирование на этапе высшего спортивного мастерства на основе федеральных государственных стандартов по виду спорта в спортивном туризме. Требования к уровню подготовленности. Возрастные границы зон спортивных достижений. Модельные характеристики физиологических показателей в спортивном туризме на этапе высшего спортивного мастерства.</p> <p>Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапе реализации максимальных возможностей спортсмена (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) Обще подготовительные и специально подготовительные и соревновательные упражнения в спортивном туризме.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Выделить и законспектировать особенности тренировки в ИВС спортсменов высокой квалификации.</p> <p>Разработать комплекс упражнений на развитие: силовых способностей, скоростных способностей, общей и специальной выносливости (скоростной, силовой, координационно-двигательной), гибкости, двигательно-координационных способностей в спортивном туризме на этапе высшего спортивного мастерства.</p>
2	<p style="text-align: center;"><i>Тема Инвентарь и оборудование в спортивном туризме и ориентировании</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 4.</i> Экипировка в спортивном туризме. Критерии подбора инвентаря. Классификация снаряжения. Требование к одежде в спортивном туризме. Оборудование для подготовки инвентаря в спортивном туризме.</p> <p><i>Занятие лекционного типа 5.</i> Экипировка в спортивном ориентировании. Критерии подбора инвентаря. Классификация. Требование к одежде в спортивном ориентировании. Оборудование для подготовки инвентаря в спортивном ориентировании.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 7,8,9,10.</i> Современная подготовка лыж в спортивном лыжном туризме и спортивном ориентировании. Подготовка пластиковых лыж к тренировке и соревнованиям. Подготовка коньковых лыж к соревнованиям и тренировке. Факторы, влияющие на выбор лыжных мазей и парафинов. Последовательность подготовки лыж к тренировке или соревнованиям. Разделение лыжных мазей и парафинов по цвету в зависимости от погодных условий, фирмы-производители лыжных мазей.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Составить в виде схемы эволюцию снаряжения в спортивном туризме и спортивном ориентировании. Подготовка спортивного инвентаря к соревнованиям по спортивному туризму и спортивному ориентированию.</p>
3	<p style="text-align: center;"><i>Тема Управление физкультурно-спортивной деятельностью в спортивном туризме и ориентировании</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 6.</i> Организации, осуществляющие спортивную подготовку в Российской Федерации. Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в государственных и муниципальных учреждениях, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта на основе федеральных стандартов спортивной подготовки. Требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку. Управление и финансирование физкультурно-спортивной деятельности в спортивном туризме и ориентировании.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 11,12,13.</i> Организация учебно-</p>
4	

	<p>тренировочного процесса в спортивных школах. Начало и окончание учебного года. Основные формы учебно-тренировочного процесса. Документы, регламентирующие работу спортивной школы в течение учебного года: программа развития, уставы, муниципальное задание. Основные функции (полномочия) федерального органа исполнительной власти в области физической культуры и спорта.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Охарактеризовать документы, регламентирующие работу спортивной школы - по месту жительства: программа развития, уставы, муниципальное задание. Составить схемы: 1. Государственное управление физкультурными и спортивными организациями в спортивном туризме и ориентировании. 2. Структура управления организацией, осуществляющей спортивную подготовку в спортивном туризме и ориентировании. 3. Общественные органы управления физкультурными и спортивными организациями в спортивном туризме и ориентировании.</p>
	<p style="text-align: center;"><i>Тема Спортивные разряды, звания, судейские категории</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 7.</i> Положение о Единой всероссийской спортивной классификации. Цель ЕВСК. Спортивные разряды и звания.</p> <p><i>Занятие лекционного типа 8.</i> Положение о спортивных судьях. Общие положения. Порядок присвоения квалификационных категорий «Спортивный судья первой категории», «Спортивный судья второй категории», «Спортивный судья третьей категории», «Юный судья». Порядок присвоения квалификационной категории «Спортивный судья всероссийской категории».</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 14,15,16.</i> Перечень официальных соревнований. Содержание норм и требований ЕВСК, условий их выполнения. Реестр видов лыжного спорта. Порядок формирования и утверждения ЕВСК. Положение о присвоении почётных спортивных званий. Общие положения. Условия присвоения почетных спортивных званий "Заслуженный мастер спорта России"; "Заслуженный тренер России"; "Почетный спортивный судья России". Порядок присвоения почётных спортивных званий.</p> <p>Квалификационные требования к спортивным судьям. Права и обязанности спортивного судьи.</p>
5	<p>Порядок лишения и снижения квалификационных категорий спортивным судьям, временное отстранение от спортивного судейства.</p> <p>Квалификационные требования к спортивным судьям по спортивному туризму и спортивному ориентированию. Условия присвоения и подтверждения квалификационных категорий спортивным судьям. Условия прохождения теоретической подготовки и сдачи квалификационных зачетов спортивными судьями. Порядок и условия вынесения поощрений и применения мер дисциплинарного воздействия к спортивным судьям.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Заполнить формы-представления по одному спортсмену в каждом разряде, звании: 1. Юношеский разряд; 2. Спортивный разряд второй, либо третий; 3. Спортивный первый, либо КМС; 4. Спортивное звание МС, либо МСМК.</p> <p>Разработать таблицу «Отличительные характеристики квалификационных требований к спортивным судьям по спортивному туризму и спортивному ориентированию»</p> <p>Ознакомится с карточкой учёта спортивной судейской деятельности. Заполнить формы-представления на присвоение судейских категорий: 1 «Юный судья», либо судья третьей категории; 2. Судья второй, либо первой категории; 3. Судья Всероссийской категории.</p>
	<p style="text-align: center;"><i>8 семестр</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Тема Программное обеспечение в физкультурно-спортивных организациях</i></p>
6	<p><i>Занятия лекционного типа 9,10.</i> Реализация предпрофессиональных программ в сфере физической культуры и спорта, в организациях дополнительного образования. Общие требования к реализации образовательных программ. Лица, осуществляющие образовательную деятельность: типы образовательных организаций, Устав, организации, осуществляющие обучение.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 17,18.</i> Особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта. Сравнить предпрофессиональные программы и программы спортивной подготовки, реализуемые в организациях дополнительного образования.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 19,20.</i> Характеристика документа «Федеральные государственные требования к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам». Требования к минимуму содержания Программ по циклическим, скоростно-силовым видам спорта и многоборьям.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Выполнение домашнего задания. Ознакомиться с общеразвивающими программами. Составить пояснительную записку к общеразвивающей программе. Определить цель, задачи и содержание программы. Обозначить назначение общеразвивающих программ. Перечислить законодательную базу (концепции, законы), используемую при написании данных программ.</p>

7	<p style="text-align: center;"><i>Тема Учебная документация тренера, тренера-преподавателя</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 11.</i> Положение об учебной документации тренера. Перечень учебной документации: журнал учета групповых занятий; документы планирования учебно-тренировочной работы; учебные контрольные программы; личные дела обучающихся спортивных школ;</p> <p><i>Занятие лекционного типа 12.</i> Аттестация тренера и тренера-преподавателя. Формы проведения аттестации педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность в сфере образования и физической культуры и спорта.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 21-24.</i> План-учет воспитательной работы с обучающимися; учет инструктажей по технике безопасности с обучающимися. Критерии оценки работы тренеров спортивных школ. Должностные обязанности тренера, тренера-преподавателя. Педагогическое портфолио и его структура. Сравнение требований к процедуре аттестации тренера-преподавателя и тренера.</p> <p>Методические рекомендации порядка ведения, заполнения и хранения типовых журналов учета групповых занятий спортивной школы. Обязанности тренера-преподавателя (тренера). Разделы журнала учёта работы групповых занятий: титульный лист, расписание тренировочных занятий, общие сведения, учёт посещаемости тренировочных занятий и объёмы нагрузок, итоги работы за учебный год, записи о травматических повреждениях. Учет работы в летний период.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Разработать документ «Мониторинг результативности» спортсменов, тренера-преподавателя за пять лет.</p> <p>Оформить журнал учёта групповых занятий на одну группу на один месяц.</p>
8	<p style="text-align: center;"><i>Тема Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 13,14</i> Организация и содержание подготовки дошкольников и школьников средствами туризма и ориентирования. Требования к инвентарю и одежде начинающих юных туристов. Методика обучения туристским навыкам на начальном этапе обучения. Подвижные игры, игровые упражнения и задания из туризма и ориентирования.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 25-28.</i> Упражнения обучения туристской технике, требования к местам использования упражнений. Воспитание равновесия, координации и морально-волевых качеств. Подбор и дозировка упражнений. Последовательность освоения упражнений.</p> <p>Организация и содержание туристской подготовки учащейся молодёжи и военнослужащих. Задачи туристской подготовки, программный материал в группах основного отделения, специального и спортивного. Виды практических занятий военнослужащих в ориентировании. Критерии результативности освоения туристской подготовки.</p> <p>Последовательность обучения туристской технике. Схема последовательности обучения: упражнения на месте и в движении; упражнения при передвижении по пересеченной местности. Требования к местам проведения занятий по туристской подготовке в соответствии с возрастом. Использование занятий средствами туризма и ориентирования для оздоровления взрослого населения. Основные показатели оздоровительной физической нагрузки взрослого населения. Оптимальная интенсивность и объём. Место соревновательной деятельности в туризме и ориентировании в подготовке взрослого населения. Основные виды соревнований ветеранов. Возрастные группы занимающихся туризмом и ориентированием старшего возраста. Формирование соревновательных групп. Методика определения результатов соревнований с учётом возрастного коэффициента в протоколах результатов в группе ветераны.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Изучить требования и контрольные нормативы «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» «Туристский поход» в соответствии с возрастными ступенями.</p> <p>Разработать этапы эстафет для оздоровительного праздника с использованием средств туризма и ориентирования.</p> <p>Составить сетку оздоровительных занятий на микроцикл зимнего периода для одной из возрастных групп занимающихся туризмом или ориентированием старшего возраста.</p>
9	<p style="text-align: center;"><i>Тема Профильная подготовка студентов в дисциплине «Педагогическое совершенствование в физкультурно-спортивной деятельности»</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 15.</i> Профильная физическая подготовка студентов в дисциплине «Педагогическое совершенствование в физкультурно-оздоровительной деятельности». Проблемы и пути формирования профильной физической подготовки студентов. Роль процесса физического воспитания в учебной деятельности студентов. Характеристика профессиональной деятельности в сфере реализации основ спортивно-оздоровительного туризма. Тенденции профессионального образования и концепции системы физического воспитания. Формирование двигательной готовности студентов к профессиональной деятельности. Критерии оценки профильной физической подготовленности студентов.</p> <p><i>Занятие лекционного типа 16.</i> Педагогическое мастерство специалиста по спортивно-</p>

<p>оздоровительному туризму. Постановка целей в профессиональной деятельности. Этапы целеполагания. «Работа» с препятствиями. Поиск ресурсов. Профессиональная рефлексия. Тренинг профессионально-значимых качеств. Анализ биографий успешных личностей. Методы предупреждения конфликтов. Регулирование и разрешение конфликтов. Мастерство профессионального взаимодействия. Ораторское мастерство. Конфликт и методы его преодоления.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 29-32.</i> Совершенствование физических качеств и функционального состояния студентов средствами спортивно-оздоровительного туризма.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовится к экзамену.</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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

№ темы	Содержание
	<i>7 семестр</i>
	<i>Тема Этапы многолетнего тренировочного процесса юных спортсменов</i>
1	<p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Особенности тренировки начинающих спортсменов в группах предварительной подготовки в спортивном туризме. Задачи и преимущественная направленность тренировки в спортивно-оздоровительных группах и группах начальной подготовки. Особенности тренировки на тренировочном этапе. Задачи и преимущественная направленность тренировки на этапе спортивной специализации.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Основные формы тренировочного процесса. Характеристики формирования групп спортивной подготовки. Соотношение тренировочного процесса по видам подготовки на тренировочном этапе. Особенности тренировки на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p> <p>Учебно-тематическое планирование в спортивно-оздоровительных группах и группах начальной подготовки на основе федеральных государственных стандартов по виду спорта. Контрольно-переводные нормативы, оценка уровня подготовленности.</p> <p>Овладение методикой показа, рассказа, объяснения. Овладение методами и методическими приемами. Подготовка конспекта, мест занятий. Проведение учебно-тренировочные занятия с группами предварительной подготовки в подготовительный, соревновательный период и переходный период. Контроль нагрузки. Анализ проведенного занятия.</p> <p>Учебно-тематическое планирование на тренировочном этапе подготовки на основе федеральных государственных стандартов по виду спорта. Контрольно-переводные нормативы, оценка уровня подготовленности.</p> <p>Подготовка конспекта, мест занятий. Проведение учебно-тренировочные занятия с группами этапа спортивной специализации в подготовительный, соревновательный период и переходный период. Контроль нагрузки. Анализ проведенного занятия.</p> <p>Изучить темы: Отбор юных спортсменов в спортивном туризме и ориентировании. Закономерности протекания естественного отбора и применение их в искусственных методах отбора. Этапы отбора: предварительный (первичный); углубленный (вторичный); спортивной ориентации; в сборные команды района, области, страны. Информативные показатели при отборе.</p> <p>Сенситивные периоды развития физических качеств, необходимых в ИВС на этапе предварительной подготовки. Средства и методы их развития.</p>
	<i>Тема Этап высшего спортивного мастерства</i>
2	<p><i>Самостоятельная работа:</i> Особенности тренировки на этапе высшего спортивного мастерства в спортивном туризме. Задачи и преимущественная направленность тренировки на этапе высшего спортивного мастерства. Основные формы тренировочного процесса. Характеристики формирования групп на этапе высшего спортивного мастерства. Соотношение тренировочного процесса по видам подготовки.</p> <p>Учебно-тематическое планирование на этапе высшего спортивного мастерства на основе федеральных государственных стандартов по виду спорта в спортивном туризме. Требования к уровню подготовленности. Возрастные границы зон спортивных достижений. Модельные характеристики физиологических показателей в спортивном туризме на этапе высшего спортивного мастерства.</p> <p>Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапе реализации максимальных возможностей спортсмена (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) Обще подготовительные и специально подготовительные и соревновательные упражнения в спортивном туризме.</p> <p>Выделить и законспектировать особенности тренировки в ИВС спортсменов высокой квалификации. Разработать комплекс упражнений на развитие: силовых способностей, скоростных способностей, общей и специальной выносливости (скоростной, силовой, координационно-двигательной), гибкости, двигательного-координационных способностей в спортивном туризме на этапе высшего спортивного мастерства.</p>

	<i>Тема Инвентарь и оборудование в спортивном туризме и ориентировании</i>
	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Экипировка в спортивном туризме. Критерии подбора инвентаря. Классификация снаряжения. Требование к одежде в спортивном туризме. Оборудование для подготовки инвентаря в спортивном туризме.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Экипировка в спортивном ориентировании. Критерии подбора инвентаря. Классификация. Требование к одежде в спортивном ориентировании. Оборудование для подготовки инвентаря в спортивном ориентировании.
3	Современная подготовка лыж в спортивном лыжном туризме и спортивном ориентировании. Подготовка пластиковых лыж к тренировке и соревнованиям. Подготовка коньковых лыж к соревнованиям и тренировке. Факторы, влияющие на выбор лыжных мазей и парафинов. Последовательность подготовки лыж к тренировке или соревнованиям. Разделение лыжных мазей и парафинов по цвету в зависимости от погодных условий, фирмы-производители лыжных мазей. Составить в виде схемы эволюцию снаряжения в спортивном туризме и спортивном ориентировании. Подготовка спортивного инвентаря к соревнованиям по спортивному туризму и спортивному ориентированию.
	<i>8 семестр</i>
	<i>Тема Управление физкультурно-спортивной деятельностью в спортивном туризме и ориентировании</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 1,2.</i> Организации, осуществляющие спортивную подготовку в Российской Федерации. Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в государственных и муниципальных учреждениях, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта на основе федеральных стандартов спортивной подготовки. Требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку. Управление и финансирование физкультурно-спортивной деятельности в спортивном туризме и ориентировании.
4	Организация учебно-тренировочного процесса в спортивных школах. Начало и окончание учебного года. Основные формы учебно-тренировочного процесса. Документы, регламентирующие работу спортивной школы в течение учебного года: программа развития, уставы, муниципальное задание. Основные функции (полномочия) федерального органа исполнительной власти в области физической культуры и спорта.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Охарактеризовать документы, регламентирующие работу спортивной школы - по месту жительства: программа развития, уставы, муниципальное задание. Составить схемы: 1. Государственное управление физкультурными и спортивными организациями в спортивном туризме и ориентировании. 2. Структура управления организацией, осуществляющей спортивную подготовку в спортивном туризме и ориентировании. 3. Общественные органы управления физкультурными и спортивными организациями в спортивном туризме и ориентировании.
	<i>Тема Спортивные разряды, звания, судейские категории</i>
	<i>Занятие лекционного типа 3.</i> Положение о Единой всероссийской спортивной классификации. Цель ЕВСК. Спортивные разряды и звания. Положение о спортивных судьях. Общие положения. Порядок присвоения квалификационных категорий «Спортивный судья первой категории», «Спортивный судья второй категории», «Спортивный судья третьей категории», «Юный судья». Порядок присвоения квалификационной категории «Спортивный судья всероссийской категории».
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 3,4.</i> Содержание норм и требований ЕВСК, условий их выполнения. Перечень официальных соревнований. Порядок формирования и утверждения ЕВСК. Положение о присвоении почетных спортивных званий. Общие положения. Условия присвоения почетных спортивных званий "Заслуженный мастер спорта России"; "Заслуженный тренер России"; "Почетный спортивный судья России". Порядок присвоения почетных спортивных званий.
5	Квалификационные требования к спортивным судьям. Права и обязанности спортивного судьи. Порядок лишения и снижения квалификационных категорий спортивным судьям, временное отстранение от спортивного судейства. Квалификационные требования к спортивным судьям по спортивному туризму и спортивному ориентированию. Условия присвоения и подтверждения квалификационных категорий спортивным судьям. Условия прохождения теоретической подготовки и сдачи квалификационных зачетов спортивными судьями. Порядок и условия вынесения поощрений и применения мер дисциплинарного воздействия к спортивным судьям.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Заполнить формы-представления по одному спортсмену в каждом разряде, звании: 1. Юношеский разряд; 2. Спортивный разряд второй, либо третий; 3. Спортивный первый, либо КМС; 4. Спортивное звание МС, либо МСМК. Разработать таблицу «Отличительные характеристики квалификационных требований к спортивным судьям по спортивному туризму и спортивному ориентированию» Ознакомится с карточкой учёта спортивной судейской деятельности. Заполнить формы-

	представления на присвоение судейских категорий: 1 «Юный судья», либо судья третьей категории; 2. Судья второй, либо первой категории; 3. Судья Всероссийской категории.
	<i>9 семестр</i>
	<i>Тема Программное обеспечение в физкультурно-спортивных организациях</i>
6	<p><i>Занятие лекционного типа 4.</i> Реализация предпрофессиональных программ в сфере физической культуры и спорта, в организациях дополнительного образования. Общие требования к реализации образовательных программ. Лица, осуществляющие образовательную деятельность: типы образовательных организаций, Устав, организации, осуществляющие обучение.</p> <p>Особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта. Сравнение предпрофессиональных программ и программ спортивной подготовки, реализуемые в организациях дополнительного образования.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 5.</i> Характеристика документа «Федеральные государственные требования к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам». Требования к минимуму содержания Программ по циклическим, скоростно-силовым видам спорта и многоборьям.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Выполнение домашнего задания. Ознакомиться с общеразвивающими программами. Составить пояснительную записку к общеразвивающей программе. Определить цель, задачи и содержание программы. Обозначить назначение общеразвивающих программ. Перечислить законодательную базу (концепции, законы), используемую при написании данных программ.</p>
	<i>Тема Учебная документация тренера, тренера-преподавателя</i>
7	<p><i>Занятие лекционного типа 5.</i> Положение об учебной документации тренера. Перечень учебной документации: журнал учета групповых занятий; документы планирования учебно-тренировочной работы; учебные контрольные программы; личные дела обучающихся спортивных школ.</p> <p>Аттестация тренера и тренера-преподавателя. Формы проведения аттестации педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность в сфере образования и физической культуры и спорта.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 6.</i> План-учет воспитательной работы с обучающимися; учет инструктажей по технике безопасности с обучающимися. Критерии оценки работы тренеров спортивных школ. Должностные обязанности тренера, тренера-преподавателя. Педагогическое портфолио и его структура. Сравнение требований к процедуре аттестации тренера-преподавателя и тренера.</p> <p>Методические рекомендации порядка ведения, заполнения и хранения типовых журналов учета групповых занятий спортивной школы. Обязанности тренера-преподавателя (тренера). Разделы журнала учёта работы групповых занятий: титульный лист, расписание тренировочных занятий, общие сведения, учёт посещаемости тренировочных занятий и объёмы нагрузок, итоги работы за учебный год, записи о травматических повреждениях. Учет работы в летний период.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Разработать документ «Мониторинг результативности» спортсменов, тренера-преподавателя за пять лет.</p> <p>Оформить журнал учёта групповых занятий на одну группу на один месяц.</p>
	<i>Тема Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения</i>
8	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 7.</i> Организация и содержание подготовки дошкольников и школьников средствами туризма и ориентирования. Требования к инвентарю и одежде начинающих юных туристов. Методика обучения туристским навыкам на начальном этапе обучения. Подвижные игры, игровые упражнения и задания из туризма и ориентирования.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Упражнения обучения туристской технике, требования к местам использования упражнений. Воспитание равновесия, координации и морально-волевых качеств. Подбор и дозировка упражнений. Последовательность освоения упражнений.</p> <p>Организация и содержание туристской подготовки учащейся молодёжи и военнослужащих. Задачи туристской подготовки, программный материал в группах основного отделения, специального и спортивного. Виды практических занятий военнослужащих в ориентировании. Критерии результативности освоения туристской подготовки.</p> <p>Последовательность обучения туристской технике. Схема последовательности обучения: упражнения на месте и в движении; упражнения при передвижении по пересеченной местности. Требования к местам проведения занятий по туристской подготовке в соответствии с возрастом.</p> <p>Использование занятий средствами туризма и ориентирования для оздоровления взрослого населения. Основные показатели оздоровительной физической нагрузки взрослого населения. Оптимальная интенсивность и объём. Место соревновательной деятельности в туризме и ориентировании в подготовке взрослого населения. Основные виды соревнований ветеранов.</p> <p>Возрастные группы занимающихся туризмом и ориентированием старшего возраста. Формирование соревновательных групп. Методика определения результатов соревнований с учётом возрастного коэффициента в протоколах результатов в группе ветераны.</p> <p>Изучить требования и контрольные нормативы «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» «Туристский поход ..» в соответствии с возрастными ступенями.</p>

	<p>Разработать этапы эстафет для оздоровительного праздника с использованием средств туризма и ориентирования.</p> <p>Составить сетку оздоровительных занятий на микроцикл зимнего периода для одной из возрастных групп занимающихся туризмом или ориентированием старшего возраста.</p>
9	<p><i>Тема Профильная подготовка студентов в дисциплине «Педагогическое совершенствование в физкультурно-спортивной деятельности»</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 8. Профильная физическая подготовка студентов в дисциплине «Педагогическое совершенствование в физкультурно-оздоровительной деятельности». Проблемы и пути формирования профильной физической подготовки студентов. Роль процесса физического воспитания в учебной деятельности студентов. Характеристика профессиональной деятельности в сфере реализации основ спортивно-оздоровительного туризма. Тенденции профессионального образования и концепции системы физического воспитания. Формирование двигательной готовности студентов к профессиональной деятельности. Критерии оценки профильной физической подготовленности студентов.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа: Самостоятельно изучить вопросы: «Педагогическое мастерство специалиста по спортивно-оздоровительному туризму. Постановка целей в профессиональной деятельности. Этапы целеполагания. «Работа» с препятствиями. Поиск ресурсов. Профессиональная рефлексия. Тренинг профессионально-значимых качеств. Анализ биографий успешных личностей. Методы предупреждения конфликтов. Регулирование и разрешение конфликтов. Мастерство профессионального взаимодействия. Ораторское мастерство. Конфликт и методы его преодоления. Совершенствование физических качеств и функционального состояния студентов средствами спортивно-оздоровительного туризма».</i></p>

## **6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **6.1 Рекомендуемая литература**

#### **6.1.1 Обязательная литература**

1. Макеева В.С., Бойко В.В. Теория и методика физической рекреации : учебное пособие / Макеева В.С., Бойко В.В. - М: Советский спорт, 2014  
[https://oreluniver.ru/file/chair/tris/study/Makeeva\\_V.S. Tinkova\\_Z.s.pdf](https://oreluniver.ru/file/chair/tris/study/Makeeva_V.S. Tinkova_Z.s.pdf)
2. Физическая рекреация в высших учебных заведениях : учебно-методическое пособие / В. А. Никишкин, В. П. Зайцев, С. И. Крамской [и др.] ; под редакцией В. А. Никишкин, В. П. Зайцев. — Москва : Московский государственный строительный университет, Ай Пи Эр Медиа, ЭБС АСВ, 2015. — 330 с. — ISBN 978-5-7264-1065-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/35346.html> (дата обращения: 28.02.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
3. Двигательная рекреация. Оздоровительная тренировка : учебное пособие / — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2018. — 100 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95583.html> (дата обращения: 26.03.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
4. Томилин К.Г. Игровые виды рекреации на СПА-курортах : учебное пособие / Томилин К.Г., Овсянникова И.Н.. — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 176 с. — ISBN 978-5-4497-0053-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/83823.html> (дата обращения: 26.03.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

#### **6.1.2 Дополнительная литература**

5. Боярская Л. А. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы: учебное пособие / Л. Боярская. - Екатеринбург : Уральский федеральный университет, 2017. - 120 с. - ISBN 978-5-7996-2157-5. - URL: <https://ibooks.ru/bookshelf/382043/reading> (дата обращения: 26.03.2023). - Текст: электронный.
6. Организация туристской деятельности по отдельным видам туризма: общие требования безопасности и специфика : учебное пособие для бакалавров / составители Н. С. Кобызев, Е. В. Кобызева. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2022. <https://www.iprbookshop.ru/119623.html>
7. Васильковская М.И. Педагогика досуга. Развитие социально-культурного творчества молодежи : учебное пособие для обучающихся по направлению подготовки 51.03.03 «Социально-культурная деятельность», квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / Васильковская М.И.. — Кемерово : Кемеровский государственный институт культуры, 2019. — 128 с. — ISBN 978-5-8154-0484-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART :

[сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95567.html> (дата обращения: 26.03.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

## 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.	Kaspersky Endpoint Security 12
2.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
3.	VideoStudio Pro X4 License (1 – 10)
4.	Astra Linux Special Edition
5.	СПС Гарант
6.	MOODL
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
7.	Яндекс Браузер
8.	Kinovea
9.	STDUViewer
10.	MAX
11.	VLC
12.	PDF 24

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

№ п.п.	Электронно-библиотечные системы	Ссылка на ресурс
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	<a href="http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp">http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp</a>
2.	Электронно-библиотечная система «IPR SMART»	<a href="https://www.iprbookshop.ru/">https://www.iprbookshop.ru/</a>
3.	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>
<p>Аудитории № 421</p> <p>учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д. 67</p>	<p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук.</p>
<p>Аудитория № 423</p> <p>учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д. 67</p>	<p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: проектор, ноутбук, экран.</p>
<p>Аудитория № 424</p> <p>учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д. 67.</p>	<p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: проектор, ноутбук, интерактивная доска, колонки.</p>
<p>Аудитория № 207</p> <p>помещение для самостоятельной работы обучающихся</p> <p>г. Чайковский,</p>	<p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду</p>

