

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Демченко Альберт Михайлович
Должность: И.о. ректора
Дата подписания: 04.06.2026 15:19:04
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
Основы спортивно-оздоровительного туризма (Б1.О.33.01)**

Направление подготовки	<i>49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм</i>
Направленность (профиль) программы бакалавриата	<i>«Спортивно-оздоровительный туризм»</i>
Квалификация выпускника	<i>бакалавр</i>
Год начала подготовки (по учебному плану)	<i>2026</i>
Форма обучения, семестр	<i>очная: 2,3 семестр заочная: 3 семестр</i>
Трудоёмкость по рабочему учебному плану	<i>зачетных единиц: 4 часов: 144</i>
Промежуточная аттестация	<i>зачет с оценкой</i>

Разработчик рабочей программы:

Возисова М.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 у студентов целостного представления об основах спортивно-оздоровительного туризма, основанного на усвоении теоретических знаний, овладении практическими умениями и организационными навыками деятельности.

1.2 Задачи дисциплины

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

2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Основы спортивно-оздоровительного туризма» 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 «Основы спортивно-оздоровительного туризма» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемая компетенция	Индикаторы достижения компетенции
ОПК-5 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.	ОПК-5.1 Знает роль, структуру и функции физической культуры и спорта, рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, краеведения, природной среды, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, механизмы и приемы формирования мотивации на ведение здорового образа жизни. ОПК-5.2 Умеет проводить мероприятия по формированию осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни. ОПК-5.3 Владеет методикой формирования осознанного отношения к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни.

3 Объем дисциплины и виды учебной работы

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах		
		2 семестр	3 семестр	Всего
1	Контактная работа	36	36	72
1.1	Занятия лекционного типа	12	12	24
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	24/0	24/0	48/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	36/0	36/0	72/0
3	Промежуточная аттестация – зачет с оценкой	-	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины	72	72	144
	<i>в академических часах</i>			
	<i>в зачетных единицах</i>	2	2	4

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		3 семестр	Всего
1	Контактная работа	12	12
1.1	Занятия лекционного типа	6	6
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	132/4	132/4
3	Промежуточная аттестация – зачет с оценкой	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:		
		<i>в академических часах</i>	144
		<i>в зачетных единицах</i>	4

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			
2 семестр						
1	Основные понятия в туризме. Становление и развитие туризма	2	4	0	9	15
2	Структура управления туристской деятельностью. Основы туристского законодательства	2	6	0	9	17
3	Организация туристско-спортивных мероприятий и соревнований	4	6	0	9	19
4	Основы организации и проведения туристских походов	4	8	0	9	21
	Итого за 2 семестр:	12	24	0	36	72
3 семестр						
5	Изучение района проведения похода	4	4	0	8	16
6	Питание в туристских походах и соревнованиях	2	6	0	6	14
7	Туристское снаряжение для проведения туристских походов	2	4	0	8	14
8	Техника бивачных работ. Привалы и ночлеги	2	6	0	6	14
9	Обеспечение безопасности. Анализ несчастных случаев в туристской деятельности	2	4	0	8	14
	Итого за 3 семестр:	12	24	0	36	72
	Итого:	24	48	0	72	144

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	Основные понятия в туризме. Становление и развитие туризма	0	2	0	14	16
2	Структура управления туристской деятельностью. Основы туристского законодательства	0	0	0	16	16
3	Организация туристско-спортивных мероприятий и соревнований	0	0	0	16	16
4	Основы организации и проведения туристских походов	2	0	0	12	14
5	Изучение района проведения похода	0	2	0	14	16
6	Питание в туристских походах и соревнованиях	2	0	0	14	16
7	Туристское снаряжение для проведения туристских походов	0	2	0	12	14
8	Техника бивачных работ. Привалы и ночлеги	0	0	0	16	16
9	Обеспечение безопасности. Анализ несчастных случаев в туристской деятельности	2	0	0	14	16
Итого:		6	6	0	132	144

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
<i>2 семестр</i>	
<i>Тема Основные понятия в туризме. Становление и развитие туризма</i>	
1	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Основные понятия в туризме. Становление и развитие туризма. Классификация видов туризма: тип туризма, категория туризма, виды туризма и их характеристика. Формы туризма: организованный и неорганизованный.
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 1-2.</i> История развития туризма в СССР и современной России. Периодизация. Цели и задачи каждого периода развития. История развития туризма в Пермском крае.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Написать конспект на тему «История развития туризма в Чайковском районе».
<i>Тема Структура управления туристской деятельностью. Основы туристского законодательства</i>	
2	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Структура управления и материально-техническая база спортивно-оздоровительного туризма. Деятельность Министерства спорта РФ.
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 3-5.</i> Федерация спортивного туризма России и субъектов РФ. Туристско-спортивный союз России.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Начертить схему управления туристской деятельностью в РФ.
<i>Тема Организация туристско-спортивных мероприятий и соревнований</i>	
3	<i>Занятия лекционного типа 3-4.</i> Методика организации физкультурно-спортивной работы средствами туризма и ориентирования. Контрольная туристская полоса. Контрольный туристский маршрут.

	<p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 6-8.</i> Организация туристского слета в образовательном учреждении для учащихся разных возрастов. Разработка перечня дистанций по туризму, их содержание. Составление списка инвентаря и снаряжения для проведения туристских мероприятий.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Составить план организации и проведения туристского праздника для обучающихся 1-4 классов.</p>	
4	<p><i>Тема Основы организации и проведения туристских походов</i></p> <p><i>Занятия лекционного типа 5-6.</i> Организация и проведение многодневного спортивного похода. Предпоходная подготовка (разработка маршрута, определение состава группы, сметы, перечня снаряжения и продуктов питания и др.). Прохождение заявленного маршрута (темп, ритм движения, техника преодоления препятствий). Отчет о походе.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 9-12.</i> Разработка маршрутов для ПВД и многодневных спортивных походов.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Составить план-конспект – самые сложные туристские маршруты России.</p>	
	<i>3 семестр</i>	
	5	<p><i>Тема Изучение района проведения похода</i></p> <p><i>Занятия лекционного типа 7-8.</i> Выбор района проведения похода. Эталонный маршрут.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 13-14.</i> Категорирование туристских походов. Источники изучения района проведения похода. Особенности проведения похода на территории ООПТ.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Описать ООПТ Пермского края.</p>
		6
7		
	8	<p><i>Тема Техника бивачных работ. Привалы и ночлеги</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 11.</i> Организация привалов и ночлегов в различных видах туризма.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 20-22.</i> Значение привалов в походе. Особенности проведения ночлегов в различных видах туризма.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовка мультимедиа презентации – Ночлег в условиях чрезвычайной ситуации.</p>
		9

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

<i>№ темы</i>	<i>Содержание</i>
1	<p><i>Тема Основные понятия в туризме. Становление и развитие туризма</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Основные понятия в туризме. Становление и развитие туризма. Классификация видов туризма: тип туризма, категория туризма, виды туризма и их характеристика. Формы туризма: организованный и неорганизованный. История развития туризма в СССР и современной России. Периодизация. Цели и задачи каждого периода развития. История развития туризма в Пермском крае.</p>

	<i>Самостоятельная работа:</i> Написать конспект на тему «История развития туризма в Чайковском районе».
	<i>Тема Структура управления туристской деятельностью. Основы туристского законодательства</i>
2	<i>Самостоятельная работа:</i> Начертить схему управления туристской деятельностью в РФ. Федерация спортивного туризма России и субъектов РФ. Туристско-спортивный союз России. Структура управления и материально-техническая база спортивно-оздоровительного туризма. Деятельность Министерства спорта РФ.
	<i>Тема Организация туристско-спортивных мероприятий и соревнований</i>
3	<i>Самостоятельная работа:</i> Составить план организации и проведения туристского праздника для обучающихся 1-4 классов. Методика организации физкультурно-спортивной работы средствами туризма и ориентирования. Контрольная туристская полоса. Контрольный туристский маршрут. Организация туристского слета в образовательном учреждении для учащихся разных возрастов. Разработка перечня дистанций по туризму, их содержание. Составление списка инвентаря и снаряжения для проведения туристских мероприятий.
	<i>Тема Основы организации и проведения туристских походов</i>
4	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Организация и проведение многодневного спортивного похода. Предпоходная подготовка (разработка маршрута, определение состава группы, сметы, перечня снаряжения и продуктов питания и др.). Прохождение заявленного маршрута (темп, ритм движения, техника преодоления препятствий). Отчет о походе. <i>Самостоятельная работа:</i> Составить план-конспект – самые сложные туристские маршруты России. Разработка маршрутов для ПВД и многодневных спортивных походов.
	<i>Тема Изучение района проведения похода</i>
5	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Категорирование туристских походов. Источники изучения района проведения похода. Особенности проведения похода на территории ООПТ. <i>Самостоятельная работа:</i> Описать ООПТ Пермского края. Выбор района проведения похода. Эталонный маршрут.
	<i>Тема Питание в туристских походах и соревнованиях</i>
6	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Разработка меню для туристского мероприятия. Упаковка и хранение продуктов. Питание в условиях чрезвычайной ситуации. <i>Самостоятельная работа:</i> Составить перечень съедобных растений Пермского края. Расчет меню-раскладки для туристского похода 1-2 категории сложности.
	<i>Тема Туристское снаряжение для проведения туристских походов</i>
7	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Расписать снаряжение для туристского пешего похода на группу семь человек. Расписать снаряжение для туристского лыжного похода на группу семь человек. Расписать снаряжение для туристского водного похода на группу семь человек. <i>Самостоятельная работа:</i> Разработать презентацию личного и группового туристского снаряжения.
	<i>Тема Техника бивачных работ. Привалы и ночлеги</i>
8	<i>Самостоятельная работа:</i> Подготовка мультимедиа презентации – Ночлег в условиях чрезвычайной ситуации. Организация привалов и ночлегов в различных видах туризма. Значение привалов в походе. Особенности проведения ночлегов в различных видах туризма.
	<i>Тема Обеспечение безопасности. Анализ несчастных случаев в туристской деятельности</i>
9	<i>Занятие лекционного типа 3.</i> Статистические сведения о получении травм и гибели туристов в условиях похода по видам туризма и категориям сложности. <i>Самостоятельная работа:</i> Составить алгоритм безопасного поведения в природной среде. Правила поведения туриста в природной среде.

6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Рекомендуемая литература

6.1.1 Обязательная литература

1. Иванова Н.В. Спортивно-оздоровительный туризм: учебное пособие для бакалавров - М.: Дашков и К, 2014. Текст: электронный // IPR SMART : [сайт] <https://www.iprbookshop.ru/21421.html> (дата обращения: 02.09.2022).
2. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник / Ю.Н. Востоков; под ред. В.А. Таймазова, Ю.Н. Федотова. – 2-е изд. – М.: Советский спорт, 2008. – 464 с. 8 экз. печатн.

6.1.2 Дополнительная литература

3. Константинов Ю.С. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма: учеб. пос. – М.: Советский спорт, 2009. – 392 с. – 10 экз. печатн.

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

<i>Электронно-библиотечные системы</i>		<i>Ссылка на ресурс</i>
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	http://bibleo.chifk.ru/marcweb2/Default.asp
2.	Электронно-библиотечная система «IPR SMART»	https://www.iprbookshop.ru/
3.	Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс]	http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/

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.

<p>аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<ol style="list-style-type: none">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.
---	---