

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

Адаптивный туризм (Б1.В.ДВ.04.02)

Направление подготовки	49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм
Направленность (профиль) программы бакалавриата	«Спортивно-оздоровительный туризм»
Квалификация выпускника	бакалавр
Год начала подготовки (по учебному плану)	2026
Форма обучения, семестр	очная: 7 семестр заочная: 7 семестр
Трудоёмкость по рабочему учебному плану	зачетных единиц: 3 часов: 108
Промежуточная аттестация	зачет

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 у обучающихся системы знаний, практических умений, навыков и компетенций в области адаптивного туризма.

1.2 Задачи дисциплины

- обеспечить освоение студентами основ знаний в области адаптивного туризма;
- освоение студентами методических умений и навыков по организации и проведению различных туристских мероприятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья различных возрастных и нозологических групп;
- обеспечить освоение студентами опыта эмоционально-ценностного отношения к будущей профессиональной деятельности.

2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Адаптивный туризм» 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 «Адаптивный туризм» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенции
ПК-1 Способен осуществлять организационно-методическое обеспечение подготовки занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.	ПК-1.1 Знает методику и организацию подготовки занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма. ПК-1.2 Умеет разрабатывать содержание организационно-методического обеспечения подготовки занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма. ПК-1.3 Владеет навыком организационно-методического обеспечения подготовки занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.
ПК-2 Способен осуществлять организацию досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы.	ПК-2.1 Знает способы организации досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы. ПК-2.2 Умеет осуществлять организацию досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы ПК-2.3 Владеет навыком организации досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы.
Профессиональный стандарт 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта» / ОТФ: F Организационно-методическое обеспечение физической подготовки, физического развития населения, спортивной подготовки занимающихся	
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	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
		3	3

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		7 семестр	Всего
1	Контактная работа	14	14
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	10/0	10/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	94/4	94/4
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	108	108
		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	Адаптивный туризм как средство и метод двигательной рекреации и оздоровления инвалидов и пожилых людей	2	2	0	6	10
2	Направления и перспективы развития адаптивного туризма в России	2	2	0	6	10
3	Адаптивный туризм для лиц с нарушением интеллекта	2	4	0	8	14
4	Адаптивный туризм для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата	2	4	0	8	14
5	Адаптивный туризм для лиц с нарушением зрения	2	4	0	8	14
6	Особенности подготовки, организации и проведения адаптивных походов для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Разработка походов выходного дня для лиц с ОВЗ	4	10	0	16	30

7	Техника передвижения и преодоления препятствий в условиях туристского похода лицами с ОВЗ	2	6	0	8	16
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
		Контактная работа			Самостоятельная работа	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
	всего		в т.ч. в форме практической подготовки			
1	Адаптивный туризм как средство и метод двигательной рекреации и оздоровления инвалидов и пожилых людей	2	0	0	12	14
2	Направления и перспективы развития адаптивного туризма в России	0	0	0	12	12
3	Адаптивный туризм для лиц с нарушением интеллекта	0	2	0	12	14
4	Адаптивный туризм для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата	0	2	0	12	14
5	Адаптивный туризм для лиц с нарушением зрения	0	2	0	12	14
6	Особенности подготовки, организации и проведения адаптивных походов для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Разработка походов выходного дня для лиц с ОВЗ	2	4	0	20	26
7	Техника передвижения и преодоления препятствий в условиях туристского похода лицами с ОВЗ	0	0	0	14	14
Итого:		4	10	0	94	108

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 Адаптивный туризм как средство и метод двигательной рекреации и оздоровления инвалидов и пожилых людей</i>
	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Туризм как сфера человеческой деятельности и его значение для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Классификация видов туризма, их краткая характеристика. Цели, задачи и функции туризма для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Туризм для лиц с отклонениями в состоянии здоровья как форма адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации, вид адаптивного спорта. Туризм для инвалидов в России: зарождение, становление, развитие. Характеристика современного состояния сферы туризма для лиц с ограниченными возможностями здоровья в нашей стране.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Нормативные основы туризма. Оздоровительное влияние адаптивного туризма на организм человека с ограниченными возможностями здоровья. <i>Самостоятельная работа:</i> Повторение материала лекции. Работа с литературой. Рассмотреть возможности адаптивного спортивно-оздоровительного туризма для оздоровления и социальной реабилитации инвалидов. Ознакомление с нормативно-правовыми документами в сфере спортивно-оздоровительного туризма. Подготовка к зачету.
2	<i>Тема Направления и перспективы развития адаптивного туризма в России</i>
	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Адаптивный туризм как социальное направление развития туристских услуг. Направления государственной поддержки развития адаптивного туризма. Реализация программ развития адаптивного туризма. Основные направления путешествий инвалидов в России и за рубежом. Создание условий развития доступной среды для инвалидов и маломобильных групп населения. <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Подготовка кадров для сферы адаптивного туризма.

	<p><i>Самостоятельная работа:</i> Адаптивный туризм как вид экономической деятельности предприятий индустрии туризма. Создание, продвижение, продажа и реализация доступного туристского продукта лицам с ОВЗ. Подготовка к зачету.</p>
3	<p><i>Тема Адаптивный туризм для лиц с нарушением интеллекта</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Перспективы и возможности методики адаптивной двигательной рекреации средствами адаптивного туризма лиц с нарушением интеллекта.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 3, 4.</i> Содержание методики повышения коммуникативных навыков и усовершенствования координационных способностей к ориентировке в пространстве по средствам адаптивного туризма.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Особенности физического воспитания детей с интеллектуальными нарушениями. Подготовка к зачету</p>
	<p><i>Тема Адаптивный туризм для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 4.</i> Адаптивный поход как реабилитационная технология подготовки инвалидов к самостоятельности и социальной адаптации людей с нарушением опорно-двигательного аппарата.</p> <p>Становление адаптивного туризма для лиц с ПОДА в России. Особенности содержания, цели и принципы, функции адаптивного туризма для лиц с ПОДА. Виды адаптивного туризма и их классификация. Формы организации туристских мероприятий. Показания и противопоказания к занятиям адаптивным туризмом для лиц с ПОДА.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 5, 6.</i> Организационные основы адаптивного туризма в России. Нормативные правовые документы. Организационные особенности адаптивного туризма в регионах.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Изменения физического развития и физической подготовленности туристов-инвалидов с ПОДА. Подготовка к зачету.</p>
	<p><i>Тема Адаптивный туризм для лиц с нарушением зрения</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 5.</i> Состояние проблемы организации самодеятельного туризма и оказания туристских услуг для слабовидящих и слепых людей.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 7, 8.</i> Разработка пеших, водных, горных маршрутов для слабовидящих и слепых людей. Подготовка к походам.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Анализ туристских услуг и туристских потребностей для слабовидящих и слепых людей. Подготовка к зачету.</p>
6	<p><i>Тема Особенности подготовки, организации и проведения адаптивных походов для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Разработка походов выходного дня для лиц с ОВЗ</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 6.</i> Планирование маршрута с лицами ОВЗ. Разработка плана–графика похода. Планирование дневного перехода. Изучение, разведка сложных участков маршрута. Определение способов их преодоления. Подведение итогов дневного перехода и корректировка плана на следующий день. Страховка и самостраховка.</p> <p><i>Занятие лекционного типа 7.</i> Противопоказания для участия в туристских мероприятиях. Спортивные походы и некоторые заболевания. Формы организации туристских мероприятий для людей с отклонениями в состоянии здоровья. Допустимые виды несложных спортивных походов. Условия, которые необходимо соблюдать при организации туристских мероприятий с ЛОВЗ. Особенности организации походов для лиц с сенсорными, двигательными, речевыми и ментальными нарушениями. Гигиена, профилактика, техника безопасности в туризме для пожилых людей и инвалидов. Психологическая подготовка к туристскому мероприятию. Правила организации и проведения туристских соревнований.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 9.</i> Система обеспечения безопасности в туризме. Ответственность каждого члена группы перед собой и другими членами группы в соблюдении мер безопасности. Причины травматизма и несчастных случаев в туризме. Опасности в туризме: субъективные и объективные. Меры по исключению субъективных и преодолению объективных опасностей. Обязательность выполнения рекомендаций МКК и поисково-спасательной службы. Травмы в походе. Воспаления. Пищевые отравления. Нарушение терморегуляции. Кровотечения. Ушибы. Повреждение связок. Ссадины, укусы. Повреждения кожных покровов. Переломы. Вывихи. Сотрясения и ушибы мозга. Травмы внутренних органов. Обморок. Утопление. Состав медицинской аптечки, ее хранение и транспортировка. Личная аптечка туриста. Правила оказания первой доврачебной помощи. Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление транспортировочных средств.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Повторение материала лекции. Работа с литературой. Составить список медицинской аптечки. Отработка приемов оказания первой помощи пострадавшему, приемов транспортировки. Правила и приемы наложения повязок. Подготовка к зачету.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 10.</i> Личное и групповое туристское снаряжение.</p> <p>Требования к туристскому снаряжению. Групповое и личное снаряжение туриста. Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода. Обеспечение влагонепроницаемости вещей в рюкзаке, в палатке. Сушка и ремонт одежды и обуви в походе.</p>

	<p>Конструкция чехлов для топора, пилы. Конструкция бахил летних и зимних. Назначение и применение снаряжения: аптечки, ремнабора, кострового оборудования. Походная посуда для приготовления пищи. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др. Ремонтный набор. Типы рюкзаков, спальных мешков. Правила размещения предметов в рюкзаке. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток и их назначение, преимущества и недостатки. Специальное снаряжение: веревки вспомогательные и основные, страховочные системы, карабины, репшнуры.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Работа с литературой. Составить перечень личного и группового снаряжения для одно-трёхдневного похода. Подготовка к зачету.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 11.</i> Организация туристского быта. Требования к месту бивака: наличие воды, дров, безопасность, комфортность. Установка палатки. Разведение костра в сырую погоду, при сильном ветре, в сильном тумане. Хранение кухонных и костровых принадлежностей, топора, пилы. Оборудование места для приема пищи. Мытье и хранение посуды. Распределение временных должностей и их работы. Оборудование места для приема пищи. Мытье и хранение посуды. Правила работы дежурных по кухне. Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий. Выбор места для привала и ночлега. Личная и общественная гигиена. Меры безопасности при обращении с огнём, кипятком. Правила поведения при купании.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Работа с литературой. Изучение вопросов: Типы костров и их назначение. Правила и техника безопасности при заготовке дров. Подготовка к зачету.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 12.</i> Питание в походе. Требования к подбору продуктов питания и составление меню. Норма закладки продуктов. Составление меню, списка продуктов на день, на весь поход. Подготовка продуктов к транспортировке и хранению в походных условиях. Режим питания в походе. Кухонный инвентарь. Приготовление пищи на костре. Правила техники безопасности при приготовлении пищи на костре. Значение, режим и особенности питания в многодневном походе. Калорийность, вес и нормы дневного рациона. Способы уменьшения веса дневного рациона: использование сухих и сублимированных продуктов, ягод, грибов, свежей рыбы, съедобных растений. Изменение режима питания в зависимости от условий дневного перехода.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Работа с литературой. Произвести расчет необходимого количества продуктов для многодневного похода. Составление меню и списка продуктов для 1–2-х дневного походов, графика дежурств. Подготовка к зачету.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 13.</i> Обязанности членов туристской группы. Этика общения. Обязанности руководителя похода. Постоянные, временные и дежурные должности. Права и обязанности участников похода. Кодекс путешественника. Этика общения.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Работа с литературой. Изучение кодекса путешественника. Подготовка к зачету.</p>
7	<p><i>Тема Техника передвижения и преодоления препятствий в условиях туристского похода лицами с ОВЗ</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 8.</i> Техника движения. Характер естественных препятствий на маршруте. Преодоление препятствий в пешем походе. Характеристика естественных препятствий: лесные заросли, завалы, склоны, реки, болота, осыпи, снежники. Движение группы по дорогам и тропам. Разведка маршрута. Техника движения на равнине по травянистой поверхности, песку, мокрому грунту, через кустарники, по камням, болоту. Техника преодоления завалов, густых зарослей, низинных заболоченных участков</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 14.</i> Техника и тактика передвижения и преодоления естественных препятствий (перевалов, переправ, болот, лесных завалов) группы людей с ограниченными возможностями здоровья на маршруте.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 15,16.</i> Использование страховки и самостраховки на сложных участках маршрута. Использование специального снаряжения (страховочная система, веревки, карабины и т.д.). Назначение и техника вязания узлов. Отработка техники движения и преодоления препятствий. Техника прохождения навесной переправы, параллельных перил. Техника спуска и подъема.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Работа с литературой. Совершенствование техники вязания туристских узлов. Подготовка к зачету.</p>

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

№ темы	Содержание
1	<p align="center"><i>Тема Адаптивный туризм как средство и метод двигательной рекреации и оздоровления инвалидов и пожилых людей</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Туризм как сфера человеческой деятельности и его значение для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Классификация видов туризма, их краткая характеристика. Цели, задачи и функции туризма для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Туризм для лиц с отклонениями в состоянии здоровья как форма адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации, вид адаптивного спорта. Туризм для инвалидов в России: зарождение, становление, развитие. Характеристика современного состояния сферы туризма для лиц с ограниченными возможностями здоровья в нашей стране.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Повторение материала лекции. Работа с литературой. Нормативные основы туризма. Оздоровительное влияние адаптивного туризма на организм человека с ограниченными возможностями здоровья. Рассмотреть возможности адаптивного спортивно-оздоровительного туризма для оздоровления и социальной реабилитации инвалидов. Ознакомление с нормативно-правовыми документами в сфере спортивно-оздоровительного туризма. Подготовка к зачету.</p>
2	<p align="center"><i>Тема Направления и перспективы развития адаптивного туризма в России</i></p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Адаптивный туризм как социальное направление развития туристских услуг. Направления государственной поддержки развития адаптивного туризма. Реализация программ развития адаптивного туризма. Основные направления путешествий инвалидов в России и за рубежом. Создание условий развития доступной среды для инвалидов и маломобильных групп населения. Подготовка кадров для сферы адаптивного туризма Адаптивный туризм как вид экономической деятельности предприятий индустрии туризма. Создание, продвижение, продажа и реализация доступного туристского продукта лицам с ОВЗ. Подготовка к зачету.</p>
3	<p align="center"><i>Тема Адаптивный туризм для лиц с нарушением интеллекта</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Перспективы и возможности методики адаптивной двигательной рекреации средствами адаптивного туризма лиц с нарушением интеллекта. Содержание методики повышения коммуникативных навыков и совершенствования координационных способностей к ориентировке в пространстве по средствам адаптивного туризма</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Особенности физического воспитания детей с интеллектуальными нарушениями. Подготовка к зачету</p>
4	<p align="center"><i>Тема Адаптивный туризм для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Адаптивный поход как реабилитационная технология подготовки инвалидов к самостоятельности и социальной адаптации людей с нарушением опорно-двигательного аппарата. Становление адаптивного туризма для лиц с ПОДА в России. Особенности содержания, цели и принципы, функции адаптивного туризма для лиц с ПОДА. Виды адаптивного туризма и их классификация. Формы организации туристских мероприятий.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Показания и противопоказания к занятиям адаптивным туризмом для лиц с ПОДА. Организационные основы адаптивного туризма в России.. Организационные особенности адаптивного туризма в регионах. Изменения физического развития и физической подготовленности туристов-инвалидов с ПОДА. Подготовка к зачету.</p>
5	<p align="center"><i>Тема Адаптивный туризм для лиц с нарушением зрения</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Организации самостоятельного туризма и оказания туристских услуг для слабовидящих и слепых людей. Разработка пеших, водных, горных маршрутов для слабовидящих и слепых людей. Подготовка к походам.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Анализ туристских услуг и туристских потребностей для слабовидящих и слепых людей. Подготовка к зачету.</p>
6	<p align="center"><i>Тема Особенности подготовки, организации и проведения адаптивных походов для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Разработка походов выходного дня для лиц с ОВЗ</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Планирование маршрута с лицами ОВЗ. Разработка плана–графика похода. Планирование дневного перехода. Изучение, разведка сложных участков маршрута. Определение способов их преодоления. Подведение итогов дневного перехода и корректировка плана на следующий день. Страховка и самостраховка. Противопоказания для участия в туристских мероприятиях. Спортивные походы и некоторые заболевания. Формы организации туристских мероприятий для людей с отклонениями в состоянии здоровья. Допустимые виды несложных спортивных походов. Условия, которые необходимо соблюдать при организации туристских мероприятий с ЛОВЗ. Особенности организации походов для лиц с сенсорными, двигательными, речевыми и ментальными нарушениями. Гигиена, профилактика, техника безопасности в туризме для пожилых людей и инвалидов. Психологическая подготовка к</p>

	<p>туристскому мероприятию. Правила организации и проведения туристских соревнований.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4.</i> Система обеспечения безопасности в туризме. Ответственность каждого члена группы перед собой и другими членами группы в соблюдении мер безопасности. Причины травматизма и несчастных случаев в туризме. Опасности в туризме: субъективные и объективные. Меры по исключению субъективных и преодолению объективных опасностей. Обязательность выполнения рекомендаций МКК и поисково-спасательной службы. Травмы в походе. Воспаления. Пищевые отравления. Нарушение терморегуляции. Кровотечения. Ушибы. Повреждение связок. Ссадины, укусы. Повреждения кожных покровов. Переломы. Вывихи. Сотрясения и ушибы мозга. Травмы внутренних органов. Обморок. Утопление. Состав медицинской аптечки, ее хранение и транспортировка. Личная аптечка туриста. Правила оказания первой доврачебной помощи. Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление транспортировочных средств.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Повторение материала лекции. Работа с литературой. Составить список медицинской аптечки. Отработка приемов оказания первой помощи пострадавшему, приемов транспортировки. Правила и приемы наложения повязок. Подготовка к зачету.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 5.</i> Личное и групповое туристское снаряжение.</p> <p>Требования к туристскому снаряжению. Групповое и личное снаряжение туриста. Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода. Обеспечение влагонепроницаемости вещей в рюкзаке, в палатке. Сушка и ремонт одежды и обуви в походе. Конструкция чехлов для топора, пилы. Конструкция бахил летних и зимних. Назначение и применение снаряжения: аптечки, ремнабора, кострового оборудования. Походная посуда для приготовления пищи. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др. Ремонтный набор. Типы рюкзаков, спальных мешков. Правила размещения предметов в рюкзаке. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток и их назначение, преимущества и недостатки. Специальное снаряжение: веревки вспомогательные и основные, страховочные системы, карабины, репшнуры.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Работа с литературой. Составить перечень личного и группового снаряжения для одно-трехдневного похода. Подготовка к зачету.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Работа с литературой.</p> <p>Организация туристского быта.</p> <p>Требования к месту бивака: наличие воды, дров, безопасность, комфортность. Установка палатки. Разведение костра в сырую погоду, при сильном ветре, в сильном тумане. Типы костров. Хранение кухонных и костровых принадлежностей, топора, пилы. Оборудование места для приема пищи. Мытье и хранение посуды. Распределение временных должностей и их работы. Оборудование места для приема пищи. Мытье и хранение посуды. Правила работы дежурных по кухне. Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий. Выбор места для привала и ночлега. Личная и общественная гигиена. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Правила поведения при купании.</p> <p>Питание в походе.</p> <p>Требования к подбору продуктов питания и составление меню. Норма закладки продуктов. Составление меню, списка продуктов на день, на весь поход. Подготовка продуктов к транспортировке и хранению в походных условиях. Режим питания в походе. Кухонный инвентарь. Приготовление пищи на костре. Правила техники безопасности при приготовлении пищи на костре. Значение, режим и особенности питания в многодневном походе. Калорийность, вес и нормы дневного рациона. Способы уменьшения веса дневного рациона: использование сухих и сублимированных продуктов, ягод, грибов, свежей рыбы, съедобных растений. Изменение режима питания в зависимости от условий дневного перехода. Произвести расчет необходимого количества продуктов для многодневного похода. Составление меню и списка продуктов для 1–2-х дневного походов, графика дежурств.</p> <p>Этика общения в туристской группе. Изучение кодекса путешественника. Подготовка к зачету.</p> <p><i>Тема Техника передвижения и преодоления препятствий в условиях туристского похода лицами с ОВЗ</i></p>
7	<p><i>Самостоятельная работа:</i> Работа с литературой. Техника движения. Характер естественных препятствий на маршруте. Преодоление препятствий в пешем походе. Характеристика естественных препятствий: лесные заросли, завалы, склоны, реки, болота, осыпи, снежники. Движение группы по дорогам и тропам. Разведка маршрута. Техника движения на равнине по травянистой поверхности, песку, мокрому грунту, через кустарники, по камням, болоту. Техника преодоления завалов, густых зарослей, низинных заболоченных участков. Использование страховки и самостраховки на сложных участках маршрута. Использование специального снаряжения (страховочная система, веревки, карабины и т.д.). Назначение и техника вязания узлов. Отработка техники движения и преодоления препятствий. Техника прохождения навесной переправы, параллельных перил. Техника спуска и подъема. Совершенствование техники вязания туристских узлов. Подготовка к зачету.</p>

6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Рекомендуемая литература

6.1.1 Обязательная литература

1. Ладыгина, Е.Б. Основы адаптивного туризма [Электронный ресурс]. – Санкт-Петербург, 2020. – 99 с. – URL: <http://bibl.chgafkis.ru/marcweb2/Download.asp?type>
2. Евсева, О. Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / О. Э. Евсева, С. П. Евсеев ; под редакцией С. П. Евсеев. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 384 с. — ISBN 978-5-906839-18-3. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/55569.html> (дата обращения: 13.08.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

6.1.2 Дополнительная литература

3. Двигательная рекреация для лиц с ограниченными возможностями здоровья : практикум / составители А. Л. Ворожбитова. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2015. — 116 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/62931.html> (дата обращения: 14.08.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
4. Конанова, Е. И. Инклюзивный туризм: технология и организация туристского продукта : учебное пособие / Е. И. Конанова. — Ростов-на-Дону, Таганрог : Издательство Южного федерального университета, 2019. — 128 с. — ISBN 978-5-9275-3164-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95778.html> (дата обращения: 14.08.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
5. Федотов, Ю.Н. Туризм (общий курс) : учебно-метод. пособие /Ю.Н. Федотов, В.К. Шеманаев. – Санкт-Петербург, 2006. – 139 с. – URL: [http://bibl.chgafkis.ru/marcweb2/Download.asp?type=2&filename=0915_turizm_\(obschiy_kurs\)_ \(413-Uh\).pdf&reserved=0915_turizm_\(obschiy_kurs\)_ \(413-Uh\)](http://bibl.chgafkis.ru/marcweb2/Download.asp?type=2&filename=0915_turizm_(obschiy_kurs)_ (413-Uh).pdf&reserved=0915_turizm_(obschiy_kurs)_ (413-Uh))
6. Федеральный закон «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» от 24.11.1995 N 181-ФЗ (ред. От 29.07.2018) [Электронный ресурс] // URL : <https://fzrf.su/zakon/o-socialnoj-zashchite-invalidov-181-fz/> (дата обращения: 14.08.2022).

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)	http://bibleo.chgafkis.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.	<ol style="list-style-type: none"> 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.	<ol style="list-style-type: none"> 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.	<ol style="list-style-type: none"> 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.	<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