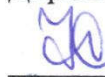


ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САХАЛИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ЮЖНО-САХАЛИНСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ

УТВЕРЖДАЮ

Директор ЮСПК СахГУ

 Е.В. Казанцева

"04" мая 2016 г.



**Аннотация рабочей программы дисциплины
ОП.12. Основы туристской деятельности**

1. Область применения программы.

Программа учебной дисциплины ОП.12. Основы туристской деятельности является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО 44.02.03 Педагогика дополнительного образования.

2. Место дисциплины в структуре ППССЗ.

Дисциплина ОП.12. Основы туристской деятельности входит в профессиональный цикл П.00 общепрофессиональных дисциплин ППССЗ по специальности 44.02.03. Педагогика дополнительного образования.

3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины.

Программа может быть использована в дополнительном профессиональном образовании в сфере туристско-краеведческой деятельности.

В результате освоения дисциплины студент должен:

знать:

- 31 основные понятия и определения курса;
- 32 разнообразие видов, форм, расположения туристских ресурсов Сахалинской области;
- 33 правовые формальности о посещении и организации экскурсий в особо охраняемые природные территории (ООПТ)

уметь:

- У1 использовать полученные знания по дисциплине для выполнения практических заданий;
- У2 самостоятельно изучать литературу по дисциплине,
- У3 реферировать изученный материал, использовать его при выполнении самостоятельных, курсовых работ в дальнейшем образовательном процессе;
- У4 искать и извлекать необходимую информацию при подготовке мероприятия;
- У5 разрабатывать маршруты к природно-климатическим, антропогенным и этнографическим объектам Сахалинской области.

4. Общая трудоемкость учебной дисциплины и формы аттестации.

Вид учебной работы	Заочная форма обучения
Максимальная учебная нагрузка, в том числе:	68 часов
обязательная аудиторная учебная нагрузка	6 часов

самостоятельная работа	62 часа
Форма контроля	Накопительная система оценок
Форма аттестации	Домашние контрольные работы – 2 курс.

5. Содержание дисциплины.

Раздел I. Введение. Обеспечение безопасности. Особенности пешеходного туризма.

- Виды туризма.
- Формы туризма.
- Особенности туризма.
- Развитие туризма в России.
- Пешеходный туризм.
- Правила поведения туристов в лесу, на воде, на заболоченной местности, на склонах, во время грозы, в населенных пунктах.
- Пропаганда туризма.

Раздел II. Организация и проведения туристских походов и выездов. Подведение итогов похода. Обеспечение безопасности.

- Правила организации и проведения туристских походов «Инструкция».
- Выбор целей и задач; района и маршрута походов. Распределение обязанностей в группе.
- Меры предосторожности при преодолении естественных препятствий.
- Режим ходового дня.
- Хронометраж движения.
- Подбор группы.
- Определение цели и района похода.
- Обязанности командира туристской группы, завхозов, краеведа, старшего проводника и других ответственных лиц.
- Подбор и подготовка личного и группового снаряжения.
- Типичные ошибки туристов при укладке рюкзака.
- Подбор хранения картографического материала.
- Сообщение о вариантах летнего зачетного похода, распределение тем докладов.
- Распределение обязанностей и заданий по краеведческой работе, план фото- и киносъемок, ведение календаря погоды и протокола (хронометража) движения.

Раздел III. Топографическая подготовка. Топография, условные знаки. Спортивная карта.

- Виды карт, их характеристика. Основные сведения о карте. Топографические знаки.
- Зрительное знакомство с объектами местности, их словесное описание.
- Особенности топографической подготовки ориентировщиков. Спортивная карта, условные знаки, цвета карты, масштаб карты. Определение расстояния по карте и на местности.
- Измерение расстояний на карте и на местности. Создание простейших планов и схем (класса, школьного двора, т.п.).
- Спортивный компас. Ориентирование карты по компасу. Снятие азимута. Движение по азимуту. Ориентирование по местным предметам, рельефу. Определение точки стояния.
- Понятие о технике спортивного ориентирования. Приемы и способы ориентирования. Отметка на контрольном пункте (КП). Восприятие и проверка номера КП.
- Правильное держание спортивной карты. Контрольная карточка и легенды КП. Ти-

пичные ошибки при освоении техники спортивного ориентирования. Выполнение зачетной работы.

Раздел IV. Техническая подготовка.

- Виды, содержание и правила соревнований юных туристов по туристской технике.
- Темп движения: нормальный темп движения и его изменения в течение дня, с течением дней в походе, в зависимости от грунта, почвы, рельефа, погоды и других условий.
- Строй туристской группы.
- Почему на маршруте группа должна двигаться колонной, построение колонны, обязанности направляющего (проводника), замыкающего и остальных участников в летнем, зимнем походах.
- Опасность отставания отдельных участников от группы.
- Весовые нагрузки: допустимые и оптимальные нормы весовых нагрузок для мальчиков, девочек.
- Режим дня и режим движения в пешеходном; что такое ходовой час, количество и распределение ходовых часов в течение дня в начале, в середине, в конце похода, в жаркую и холодную погоду, в зависимости от других условий на маршруте.

Раздел V. Физическая подготовка.

- Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. Костно-связочный аппарат.
- Мышцы, их строение и взаимодействие.
- Основные сведения о строении внутренних органов.
- Кровеносная система. Сердце и сосуды.
- Дыхание и газообмен. Органы пищеварения и обмен веществ. Нервная система – центральная и периферическая. Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособности.
- Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения под воздействием занятий спортом. Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом.
- Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятие о «спортивной форме», утомлении, перетренировке

Раздел VI Подготовка похода .

- Правила организации и проведения туристских походов на территории России.
- Инструкция по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися общеобразовательных школ.
- Подбор группы.
- Определение цели и района похода.
- Распределение обязанностей в группе.
- Обязанности командира туристской группы, завхозов, краеведа, старшего проводника и других ответственных лиц.
- Сбор сведений о районе похода: изучение литературы, карт, переписка с местными краеведами и туристами, встречи с людьми, побывавшими в районе планируемого похода, посещение музеев и т. п.
- Разработка маршрута, составление плана подготовки похода, плана-графика движения, сметы расходов.
- Подбор и подготовка личного и группового снаряжения.
- Культура поведения туристов, их взаимоотношения с местными жителями. Значение дисциплины в походе.

- Оформление походной документации, получение разрешения на выход в поход. Расчет питания, подбор и закупка продуктов.
- Укладка рюкзака.
- Типичные ошибки туристов при укладке рюкзака.
- Подбор хранение картографического материала.
- Сообщение о вариантах летнего зачетного похода, распределение тем докладов.
- Распределение обязанностей и заданий по краеведческой работе, план фото- и ки-носъемок, ведение календаря погоды и протокола (хронометража) движения.

Составитель: Поволкович Федор Александрович, преподаватель первой квалификационной категории.