

**Аннотация рабочей программы дисциплины
Б1.Б.24 Базовые виды физкультурной рекреации
Б1.Б.24.1 Пеший туризм**

Цель изучения дисциплины	формирование у студентов навыков безопасного поведения в природных условиях; в условиях самостоятельной жизни в походе; обучение навыкам выживания в экстремальных ситуациях.
Место дисциплины в учебном плане	Б1.Б.24.1
Формируемые компетенции	ОК-7, ОПК-3, ПК-4, ПК-24
Знания, умения, навыки, получаемые в результате освоения дисциплины	<p style="text-align: center;">знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – организационно-экономические, медико-биологические и психологические основы, технологию проведения занятий, мероприятий по основным видам туризма; – правила техники безопасности при проведении пеших походов и основные методы защиты от возможных последствий стихийных бедствий природного характера их участников; – нормативно-правовые документы государственных и общественных органов регулирующих туристскую деятельность; – индивидуальные личностные психические различия, средства и способы управления индивидом и группой людей. – содержание методики организации и проведения педагогических исследований. <p style="text-align: center;">уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – планировать, организовывать и проводить различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физической деятельности; – разрабатывать и внедрять на предприятиях, фирмах, учреждениях, местах массового отдыха программы и планы развития рекреационно-оздоровительных и физкультурно-реабилитационных форм занятий физическими упражнениями и туризмом; – использовать накопленные в области рекреологии, туризма и краеведения духовных ценностей, полученные знания об особенностях личности занимающихся для воспитания патриотизма, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях; – использовать в профессиональной деятельности актуальные и целесообразные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий; – корректировать собственную преподавательскую, инструкторскую и организаторскую деятельность в зависимости от результатов контроля за деятельностью занимающихся; – разрабатывать содержание и проводить комплексные туристские поездки, массовые туристские слеты и соревнования, походы и экскурсии; – использовать в профессиональной деятельности передовые приемы обучения и воспитания; – критически оценивать и корректировать собственную

	<p>профессиональную деятельность;</p> <ul style="list-style-type: none"> – планировать и обеспечивать проведение туристских мероприятий в первичных структурных подразделениях с учетом различных факторов в целях совершенствования физических и психических качеств занимающихся; – оказывать первую доврачебную помощь при получении травм в походах; – организовывать и проводить пешие степенные походы, походы выходного дня и туристско-спортивные мероприятия с подготовкой необходимой документации; – ориентироваться в действующих нормативно-правовых актах всех уровней регулирующих туристскую деятельность; – обеспечивать своевременное прохождение врачебного контроля и осуществлять педагогический контроль состояния занимающихся. <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – техникой безопасности при занятиях рекреативно-оздоровительной, реабилитационной и туристско-краеведческой направленности. – методикой определения эффективности средств и методов рекреации и туризма людей разного возраста и пола; – умениями изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся рекреативными формам физическими упражнениями и туризмом, использовать полученные информацию при построении и планировании занятий; – навыками организации и участия в пешем степенном походе; подготовки карты местности; организации и проведения туристско-спортивных мероприятий; использования <i>Internet</i>-ресурсов, печатных источников, картографического материала для анализа и получения информации при подготовке походов рекреационной направленности с активными способами передвижения; публичного выступления при защите проектной работы, в том числе с использованием информационных технологий; – необходимым уровнем физической и технико-тактической подготовленности.
Содержание дисциплины	<p>1 Этапы подготовки туристского путешествия. Стратегия и тактика походов 2 Ориентирование и топография 3 Основы медицинских знаний 4 Организация питания в походе 5 Туристское снаряжение 6 Гидрометеорология 7 Экологическая подготовка туриста 8 Краеведческая подготовка туриста 9 Туристские узлы 10 Безопасность туризма 11 Туристские соревнования 12 Туристские биваки туризма 13 Техника пешеходного</p>
Формы промежуточной аттестации	Зачет

Б1.Б.24.2 Горнолыжный туризм

Цель изучения	формирование профессиональной компетентности будущих специалистов
----------------------	---

дисциплины	в сфере рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, предоставление объема соответствующей информации, теоретических знаний, практических умений и навыков, необходимых для подготовки компетентных специалистов в области спортивно-оздоровительного туризма по горным лыжам и сноуборду □ которые будут использованы для работы в различных структурных звеньях сферы туризма. Формировать устойчивый интерес к профессии, потребности в углубленном изучении теоретико-методических основ горнолыжного спорта и сноуборда, повышении профессиональной компетентности за счет самосовершенствования, самовоспитания, саморазвития
Место дисциплины в учебном плане	Б1.Б.24.2
Формируемые компетенции	ОК-7, ОПК-3, ПК-4, ПК-24
Знания, умения, навыки, получаемые в результате освоения дисциплины	<p style="text-align: center;">знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – организационно-экономические, медико-биологические и психологические основы, технологию проведения занятий, мероприятий по основным видам туризма; – актуальные направления, тенденции и вопросы развития горных лыж и сноуборда; – цель, задачи, содержание подготовки горнолыжников и сноубордистов на разных этапах подготовки, в разные периоды годичного цикла подготовки; – понятие об индивидуализации подготовки горнолыжников и сноубордистов; – цель, задачи, средства, методы, этапы отбора и ориентации в горных лыжах и сноуборде; – понятие и содержание моделирования и прогнозирования в горных лыжах и сноуборде; – содержание психологической подготовки по этапам подготовки; – основные изменения в правилах горнолыжного спорта и сноуборда; – актуальные направления исследований в горнолыжном спорте и сноуборде; – содержание методики организации и проведения педагогических исследований. <p style="text-align: center;">уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – планировать, организовывать и проводить различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физической деятельности; – разрабатывать и внедрять на предприятиях, фирмах, учреждениях, местах массового отдыха программы и планы развития рекреационно-оздоровительных и физкультурно-реабилитационных форм занятий физическими упражнениями и туризмом; – использовать накопленные в области рекреологии, туризма и краеведения духовных ценностей, полученные знания об особенностях личности занимающихся для воспитания патриотизма, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях; – использовать в профессиональной деятельности актуальные

и целесообразные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий;

– корректировать собственную преподавательскую, инструкторскую и организаторскую деятельность в зависимости от результатов контроля за деятельностью занимающихся;

– разрабатывать содержание и проводить комплексные туристские поездки, массовые туристские слеты и соревнования, походы и экскурсии;

– использовать в профессиональной деятельности передовые приемы обучения и воспитания;

– разрабатывать комплексы упражнений, конспекты учебно-тренировочных занятий по горным лыжам и сноуборде;

– критически оценивать и корректировать собственную профессиональную деятельность;

– обеспечивать своевременное прохождение врачебного контроля и осуществлять педагогический контроль состояния занимающихся.

владеть:

– техникой безопасности при занятиях рекреативно-оздоровительной, реабилитационной и туристско-краеведческой направленности.

– методикой определения эффективности средств и методов рекреации и туризма людей разного возраста и пола;

– умениями изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся рекреативными формам физическими упражнениями и туризмом, использовать полученные информацию при построении и планировании занятий;

– необходимым уровнем физической и технико-тактической подготовленности;

– техническими элементами базовых видов спорта и избранного вида спорта, а также приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных элементов;

– разнообразными средствами и методами для развития общих и специальных физических качеств горнолыжников и сноубордистов;

– методикой обучения техническим приемам горных лыж и сноуборда, методикой предупреждения, выявления и исправления ошибок в технике;

– методикой и технологией обучения тактическим действиям и взаимодействиям в горных лыжах и сноуборде.

Содержание дисциплины	Раздел 1 Многолетняя подготовка в горнолыжников и сноубордистов Раздел 2 Отбор в горных лыжах и сноуборде Раздел 3 Общие основы теории управления Раздел 4 Средства восстановления и стимуляции работоспособности в горных лыжах и сноуборде Раздел 5 Психологическая подготовка
Формы промежуточной аттестации	Зачет

Б1.Б.24.3 Спелеотуризм

Цель изучения	развитие физически и нравственно полноценной личности средствами
----------------------	--

дисциплины	туризма и краеведения, создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности.
Место дисциплины в учебном плане	Б1.Б.24.3
Формируемые компетенции	ОК-7, ОПК-3, ПК-4, ПК-24
Знания, умения, навыки, получаемые в результате освоения дисциплины	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – организационно-экономические, медико-биологические и психологические основы, технологию проведения занятий, мероприятий по основным видам туризма; – правила техники безопасности при проведении спелеопроходов и основные методы защиты от возможных последствий стихийных бедствий природного характера их участников; – нормативно-правовые документы государственных и общественных органов регулирующих туристскую деятельность; – индивидуальные личностные психические различия, средства и способы управления индивидом и группой людей. <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – планировать, организовывать и проводить различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физической деятельности; – разрабатывать и внедрять на предприятиях, фирмах, учреждениях, местах массового отдыха программы и планы развития рекреационно-оздоровительных и физкультурно-реабилитационных форм занятий физическими упражнениями и туризмом; – использовать накопленные в области рекреологии, туризма и краеведения духовных ценностей, полученные знания об особенностях личности занимающихся для воспитания патриотизма, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях; – использовать в профессиональной деятельности актуальные и целесообразные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий; – корректировать собственную преподавательскую, инструкторскую и организаторскую деятельность в зависимости от результатов контроля за деятельностью занимающихся; – разрабатывать содержание и проводить комплексные туристские поездки, массовые туристские слеты и соревнования, походы и экскурсии; – использовать в профессиональной деятельности передовые приемы обучения и воспитания; – критически оценивать и корректировать собственную профессиональную деятельность; – планировать и обеспечивать проведение туристских мероприятий в первичных структурных подразделениях с учетом различных факторов в целях совершенствования физических и психических качеств занимающихся; – оказывать первую доврачебную помощь при получении травм в походах; – организовывать и проводить спелеопроходы, походы

	<p>выходного дня и туристско-спортивные мероприятия с подготовкой необходимой документации;</p> <ul style="list-style-type: none"> – ориентироваться в действующих нормативно-правовых актах всех уровней регулирующих туристскую деятельность; – обеспечивать своевременное прохождение врачебного контроля и осуществлять педагогический контроль состояния занимающихся. <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – техникой безопасности при занятиях рекреативно-оздоровительной, реабилитационной и туристско-краеведческой направленности. – методикой определения эффективности средств и методов рекреации и туризма людей разного возраста и пола; – умениями изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся рекреативными формам физическими упражнениями и туризмом, использовать полученную информацию при построении и планировании занятий; – навыками организации и участия в спелеопоходе; подготовки карты местности; организации и проведения туристско-спортивных мероприятий; использования <i>Internet</i>-ресурсов, печатных источников, картографического материала для анализа и получения информации при подготовке походов рекреационной направленности с активными способами передвижения; публичного выступления при защите проектной работы, в том числе с использованием информационных технологий; – необходимым уровнем физической и технико-тактической подготовленности.
Содержание дисциплины	<p>1 Спелеология и спелеотуризм 2 Спелеотуристические возможности Челябинской области 3 Обеспечение безопасности при проведении различных видов туристической деятельности. Техника безопасности спелеопутешествий 4 Особенности поведения человека под землей 5 Пещеры — памятники природы, истории, культуры. 6 Организация спелеопутешествий и экспедиций 7 Снаряжение спелеотуриста.</p>
Формы промежуточной аттестации	Зачет

Б1.Б.24.4 Водный туризм

Цель изучения дисциплины	развитие физически и нравственно полноценной личности средствами туризма и краеведения, создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности
Место дисциплины в учебном плане	Б1.Б.24.4
Формируемые компетенции	ОК-7, ОПК-3, ПК-4, ПК-24

Знания, умения, навыки, получаемые в результате освоения дисциплины

знать:

- организационно-экономические, медико-биологические и психологические основы, технологию проведения занятий, мероприятий по основным видам туризма;
- правила техники безопасности при проведении водных походов и основные методы защиты от возможных последствий стихийных бедствий природного характера их участников;
- нормативно-правовые документы государственных и общественных органов регулирующих туристскую деятельность;
- индивидуальные личностные психические различия, средства и способы управления индивидом и группой людей.

уметь:

- планировать, организовывать и проводить различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физической деятельности;
- разрабатывать и внедрять на предприятиях, фирмах, учреждениях, местах массового отдыха программы и планы развития рекреационно-оздоровительных и физкультурно-реабилитационных форм занятий физическими упражнениями и туризмом;
- использовать накопленные в области рекреологии, туризма и краеведения духовных ценностей, полученные знания об особенностях личности занимающихся для воспитания патриотизма, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях;
- использовать в профессиональной деятельности актуальные и целесообразные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий;
- корректировать собственную преподавательскую, инструкторскую и организаторскую деятельность в зависимости от результатов контроля за деятельностью занимающихся;
- разрабатывать содержание и проводить комплексные туристские поездки, массовые туристские слеты и соревнования, походы и экскурсии;
- использовать в профессиональной деятельности передовые приемы обучения и воспитания;
- критически оценивать и корректировать собственную профессиональную деятельность;
- оказывать первую доврачебную помощь при получении травм в походах;
- организовывать и проводить водные походы, походы выходного дня и туристско-спортивные мероприятия с подготовкой необходимой документации;
- ориентироваться в действующих нормативно-правовых актах всех уровней регулирующих туристскую деятельность;
- обеспечивать своевременное прохождение врачебного контроля и осуществлять педагогический контроль состояния занимающихся.

владеть:

- техникой безопасности при занятиях рекреационно-оздоровительной, реабилитационной и туристско-краеведческой направленности.
- методикой определения эффективности средств и методов рекреации и туризма людей разного возраста и пола;

	<ul style="list-style-type: none"> – умениями изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся рекреативными формам физическими упражнениями и туризмом, использовать полученные информацию при построении и планировании занятий; – навыками организации и участия в водном походе; подготовки карты местности; организации и проведения туристско-спортивных мероприятий; использования <i>Internet</i>-ресурсов, печатных источников, картографического материала для анализа и получения информации при подготовке походов рекреационной направленности с активными способами передвижения; публичного выступления при защите проектной работы, в том числе с использованием информационных технологий; – необходимым уровнем физической и технико-тактической подготовленности.
Содержание дисциплины	1 Правовые основы проведения водных походов 2 Основные термины и определения водного туризма. Виды водного туризма 3 Классификация рек 4 Водные объекты Челябинской области 5 Обеспечение безопасности водных походов 6 Особенности водного туризма 7 Теория судна 8 Категорирование препятствий в водном туризме Преодоление препятствий в водном походе 9 Снаряжение для водного туризма 10 Категорирование водного маршрута 11 Страховка и самостраховка в водном походе 12 Техника управления гребным судном
Формы промежуточной аттестации	Экзамен