

Министерство просвещения Российской Федерации  
Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал)  
федерального государственного автономного образовательного учреждения  
высшего образования  
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»

Факультет спорта и безопасности жизнедеятельности  
Кафедра безопасности жизнедеятельности и туризма

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
Б1.В.ДВ.01.01 «РЕКРЕАЦИОННЫЙ ТУРИЗМ УРАЛА»**

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| Уровень высшего образования | Бакалавриат   |
| Направление подготовки      | 44.03.05 Педагогическое образование<br>(с двумя профилями подготовки) |
| Профиль                     | Безопасность жизнедеятельности и<br>Физическая культура               |
| Форма обучения              | Очная   |

Нижний Тагил  
2022

Рабочая программа дисциплины «Рекреационный туризм Урала». Нижний Тагил: Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2024. – 12 с.

Настоящая программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (№125 от 22.02.2018)

Автор: канд. биол. наук, доцент кафедры БЖТ \_\_\_\_\_ В.А.Федюнин

Одобен на заседании кафедры БЖТ Место для ввода даты., протокол №

Зав. каф. БЖТ \_\_\_\_\_ В.А. Федюнин

Рекомендован к печати методической комиссией ФСБЖ Место для ввода даты., протокол №

Председатель методической комиссии ФСБЖ \_\_\_\_\_ А.С. Федюнина

© Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2024.

© В.А.Федюнин, 2024.

## СОДЕРЖАНИЕ

|   |    |
|---|----|
| 1. Цель и задачи освоения дисциплины.....   | 4  |
| 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.....                                | 4  |
| 3. Результаты освоения дисциплины.....  | 4  |
| 4. Структура и содержание дисциплины.....   | 5  |
| 4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы.....                         | 5  |
| 4.2.Содержание и тематическое планирование дисциплины.....                                    | 6  |
| 4.3. Содержание разделов (тем) дисциплины.....  | 8  |
| 5. Образовательные технологии.....  | 9  |
| 6. Учебно-методические материалы.....   | 9  |
| 6.1. Задания и методические указания по организации и проведению<br>практических занятий..... | 9  |
| 6.2. Задания и методические указания по организации самостоятельной работы<br>студента.....   | 12 |
| 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение.....                                      | 14 |
| 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....  | 14 |

## 1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель дисциплины:** Подготовить студентов к организации и безопасному проведению туристических походов и экскурсий в учебной и внеучебной деятельности, сформировать у них компетенции разработки и реализации основных и дополнительных образовательных программ, а также компетенции обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся в учебной и повседневной деятельности.

### **Задачи:**

1. Сформулировать представление о роли туризма в формировании духовного и физического облика гражданина;

2. Обеспечить формирование знаний о различных видах туризма, их особенностях, правилах безопасности при проведении туристских походов, умений обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся в туристском походе;

3. Сформировать умения по разработке туристских маршрутов с учетом опасностей природного, техногенного, социального характера, организации походов по Уралу и другим регионам РФ.

Совершенствовать умения оказания первой помощи при травмах и отравлениях, умения разрабатывать защитные мероприятия при возникновении ЧС.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Рекреационный туризм Урала» является частью учебного плана по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профиль «Безопасность жизнедеятельности и физическая культура». Дисциплина Б1.В.ДВ.01.01 «Рекреационный туризм Урала» включена в Блок Б.1 «Дисциплины (модули)» и является составной частью раздела Б1.В «Дисциплины (модули) по выбору». Дисциплина реализуется в НТГСПИ на кафедре безопасности жизнедеятельности и туризма.

Дисциплина «Рекреационный туризм Урала» изучается на пятом курсе, в А семестре и тесно связана с другими учебными дисциплинами, такими как «Безопасность жизнедеятельности», «Внеурочная деятельность по безопасности жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Воспитание культуры безопасности» которые изучаются ранее. Изучение данного курса позволит студентам более эффективно овладеть навыками организации и проведения туристских походов в районах их проживания

Кроме того, дисциплина «Рекреационный туризм Урала» логически и методически связана с курсами «Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности» и «Организация внеурочной деятельности учителя ОБЖ» которые изучаются со второго курса в течение нескольких учебных лет, и в рамках данных дисциплин изучаются вопросы, входящие в содержание школьного курса «Основы безопасности жизнедеятельности», а также вопросы организации внеурочной деятельности в общеобразовательной организации.

## 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование и развитие следующих компетенций:

| <b>Наименование категории (группы) универсальных компетенций</b> | <b>Код и наименование универсальной компетенции</b> | <b>Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции</b> |
|--|---|---|
| Коммуникация   | УК4. Способен осуществлять                          | ИУК 4.1. Знает основные нормы и правила устной и письменной речи          |

|                               |   |  |
|-------------------------------|---|--|
|                               | деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном (-ых) языке (-ах) | на государственном языке Российской Федерации (на русском языке) и применяет их в процессе деловой коммуникации<br>ИУК 4.2. Умеет применять знания иностранного языка для устного и письменного общения в повседневной жизни и в профессиональной деятельности<br>ИУК 4.3. Использует информационно-коммуникационные технологии при поиске необходимой информации в процессе решения различных коммуникативных задач на государственном и иностранном (-ых) языках |
| Профессиональная деятельность | ПК-3 – способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса  | 3.1. Знает закономерности, принципы и уровни формирования и реализации содержания образования; структуру, состав и дидактические единицы содержания школьных предметов:<br>...   |
|                               |   | 3.2. Умеет осуществлять отбор учебного содержания для реализации в различных формах обучения в соответствии с дидактическими целями и возрастными особенностями обучающихся  |
|                               |   | 3.3. Владеет предметным содержанием; умениями отбора вариативного содержания с учетом взаимосвязи урочной и внеурочной форм обучения   |

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зач. ед. (108 часов), их распределение по видам работ представлено в таблице 1.

Таблица 1

##### Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ (очное отделение)

| Вид работы   | Форма обучения |
|--|----------------|
|  | Очная          |
|  | А семестр      |
| <b>Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану</b> | <b>108</b>     |
| <b>Контактная работа, в том числе:</b>                 | <b>42</b>      |
| Лекции   | 20             |
| Практические занятия                                   | 22             |

|   |           |
|---|-----------|
| <b>Самостоятельная работа, в том числе:</b> | <b>66</b> |
| Изучение теоретического курса               | 57        |
| Подготовка к зачету                         | 9         |

#### 4.2. Содержание и тематическое планирование дисциплины Тематический план дисциплины

| Наименование разделов и тем дисциплины (модуля)   | Семестр | Всего, часов | Вид контактной работы, час |                |             |                              | Самостоятельная работа, час | Формы текущего контроля успеваемости       |
|---|---------|--------------|----------------------------|----------------|-------------|------------------------------|-----------------------------|--|
|   |         |              | Лекции                     | Практ. занятия | Лаб. работы | Из них в интерактивной форме |                             |  |
| <b>Введение.</b> Туризм в системе общественного воспитания. Виды туризма.   | А       | <b>4</b>     | 2                          |                |             |                              | 2                           | тест                                       |
| <b>Раздел 1. Элементы топографии и ориентирования</b>   | А       | <b>20</b>    | <b>2</b>                   | <b>6</b>       | -           | -                            | <b>12</b>                   |  |
| <i>Тема 1.</i> Картографические материалы: основные и вспомогательные   | А       | 8            | 1                          | 2              | -           | -                            | 5                           | Практическое задание                       |
| <i>Тема 2.</i> Ориентирование по карте и на местности по приборам   | А       | 6            | 0,5                        | 2              | -           | -                            | 3,5                         | Практическое задание                       |
| <i>Тема 3.</i> Ориентирование на местности по местным признакам   | А       | 6            | 0,5                        | 2              | -           | -                            | 3,5                         | Практическое задание                       |
| <b>Раздел 2. Обеспечение безопасности в походе. Первая доврачебная помощь</b>   | А       | <b>20</b>    | <b>4</b>                   | <b>4</b>       | -           | <b>2</b>                     | <b>12</b>                   |  |
| <i>Тема 8.</i> Меры безопасности в туристской деятельности  | А       | 10           | 2                          | 2              | -           | -                            | <b>6</b>                    | Доклад на практическом занятии             |
| <i>Тема 9.</i> Оказание первой помощи при травмах и отравлениях в туристском походе                                     | А       | 10           | 2                          | 2              | -           | 2                            | <b>6</b>                    | Практическое задание (ситуационная задача) |
| <b>Раздел 3. Организация соревнований по туризму</b>  | А       | <b>20</b>    | <b>2</b>                   | <b>2</b>       | -           | <b>2</b>                     | <b>16</b>                   |  |
| <i>Тема 10.</i> Туризм как вид спорта. Категорирование туристских походов. Организация соревнований                     | А       | 10           | 2                          | -              | -           | -                            | 8                           | Тест                                       |
| <i>Тема 11.</i> Правила соревнований по туризму. Постановка дистанций. Требования к дистанциям. Требования к судейству. | А       | 10           | -                          | 2              | -           | 2                            | 8                           | Практическое задание                       |
| <b>Раздел 4. Туристские возможности края</b>  | А       | <b>25</b>    | <b>12</b>                  | <b>10</b>      | -           | <b>4</b>                     | <b>3</b>                    | Презентация туристских проектов            |
| Экзамен   | А       | 9            |                            |                |             |                              | 9                           |  |
| <b>Итого</b>  |         | <b>108</b>   | <b>20</b>                  | <b>22</b>      |             | <b>8</b>                     | <b>66</b>                   |  |

#### Практические занятия

| № раздела | Наименование практических занятий              | Кол-во ауд. часов |
|-----------|--|-------------------|
| 1         | <i>Тема 5.</i> Работа с топографической картой | 4                 |

|   |   |    |
|---|---|----|
| 1 | <b>Тема 6.</b> Ориентирование по компасу, GPS-навигатору, часам и солнцу, по местным признакам            | 2  |
| 2 | <b>Тема 7.</b> Приемы безопасного обращения с туристским снаряжением. Обеспечение страховки.              | 2  |
| 2 | <b>Тема 8.</b> Приемы оказания первой помощи при травмах. Алгоритм оказания первой помощи при отравлениях | 2  |
| 4 | <b>Тема 9*.</b> Разработка соревновательной дистанции   | 2  |
| 5 | <b>Тема 10.</b> Презентация учебных проектов «Туристские дестинации Урала»                                | 10 |

#### **4.3. Содержание разделов (тем) дисциплины Лекционный курс (20 часов)**

##### **Лекция 1. Туризм в системе общественного воспитания. Виды туризма.**

Понятие о туризме. Факторы привлекательности туризма. Потребность человека в путешествиях. Необходимость специальной подготовки. Виды туризма: плановый, самодеятельный, неорганизованный. Международный туризм. Взаимодействие человека и природы.

Туризм как вид спорта. Спортивные классификации туризма.

Педагогическое значение туризма. Организационные формы туристской работы с учащимися в общеобразовательных учреждениях.

Нормативно-правовая база по организации туристических походов.

##### **Лекция 2. Элементы топографии и ориентирования. Картографические материалы. Ориентирование по карте и на местности по приборам и без них.**

Значение топографии и ориентирования для туриста. Топографическая карта, туристские схемы. Математические элементы: масштаб, азимут, магнитный азимут, рельеф. Топознаки: масштабные, линейные, внемасштабные. Компас: устройство, приемы работы с ним. Определение азимута. Движение по азимуту. Ориентирование на местности и по топографической карте. GPS-навигаторы: типы, назначение, приемы работы с навигаторами. Ориентирование на местности по местным признакам.

##### **Лекция 3. Обеспечение безопасности в походе. Основные меры безопасности.**

Безопасность по каждому виду туризма – основное требование к походам. Обеспечение личной и коллективной безопасности в каждом виде деятельности (при переходе, на плавсредстве, на стоянке, при заготовке дров, при разведении костра и т.д.). Страховка и самостраховка. Правила поведения и страховки в каждом виде туризма.

##### **Лекция 4. Первая помощь при травмах и отравлениях в туристском походе.**

Основные виды травм в туристском походе. Алгоритмы оказания первой помощи при различных травмах (ушибы, растяжения, переломы костей, кровотечения, полстные травмы). Алгоритм оказания первой помощи при отравлениях.

##### **Лекция 5. Организация соревнований по туризму.**

Виды соревнований: в заданном направлении, по выбору, по маркированной трассе. Характер соревнований: командный, личный, лично-командный. Разметка дистанции. Подготовка карт. Организация судейства на этапах, старте, финише. Подсчет результатов и определение победителей. Положение о соревнованиях.

##### **Лекция 6-11. Туристские возможности края.**

Ключевые целеопределяющие объекты путешествий: геологические, историко-географические, экономико-географические. Характеристика районов и маршрутов путешествий в зависимости от категорий сложности.

## **5. Образовательные технологии**

В курсе «Рекреационный туризм» используется технология проблемного обучения и технология практико-ориентированного обучения. На лекционных занятиях данная технология реализуется с помощью метода проблемного изложения. На практических занятиях - сначала с помощью метода проблемного изложения, а затем с помощью практического метода.

## **6. Учебно-методические материалы**

### **6.1. Задания и методические указания по организации и проведению практических занятий**

#### **Тема 1. Работа с топографической картой**

**Задание:** Знакомство с основными элементами топографической карты. Определить масштабные и внес масштабные топографические знаки. Определить масштаб карты. Измерить расстояния между объектами. Определить особенности рельефа определенного участка местности. Определить характер растительности. Выявить основные гидрологические объекты района.

#### **Литература для подготовки к практическому занятию:**

Федюнин В.А. Методические и организационные аспекты туризма. Учеб.-метод.пособие [Текст] / В.А. Федюнин, А.В. Неймышев, А.А. Черный. – Нижний Тагил: Изд-во Ипполитова, 2020. – 122с.

#### **Тема 2. Ориентирование по компасу, GPS-навигатору, часам и солнцу, по местным признакам**

**Задание:** Определить стороны горизонта по различным приборам: компас, GPS-навигатор, механические часы. Определить азимуты на различные объекты. Определить обратные азимуты на указанные объекты.

Пройти по заданному азимуту определенное расстояние. Движение по нескольким азимутам.

#### **Литература для подготовки к практическому занятию:**

Федюнин В.А. Методические и организационные аспекты туризма. Учеб.-метод.пособие [Текст] / В.А. Федюнин, А.В. Неймышев, А.А. Черный. – Нижний Тагил: Изд-во Ипполитова, 2020. – 122с.

#### **Тема 3. Приемы безопасного обращения с туристским снаряжением. Обеспечение страховки.**

**Задание:** Подготовить презентацию по теме: «Обеспечение безопасности в походе» по разделам: безопасность на маршруте, безопасность на стоянке, безопасность на водном маршруте, обеспечение безопасности при организации костра, обеспечение безопасности при установке палаток, правила поведения на туристском маршруте.

#### **Литература для подготовки к практическому занятию:**

Федюнин В.А. Методические и организационные аспекты туризма. Учеб.-метод.пособие [Текст] / В.А. Федюнин, А.В. Неймышев, А.А. Черный. – Нижний Тагил: Изд-во Ипполитова, 2020. – 122с.

#### **Тема 4. Приемы оказания первой помощи при травмах. Алгоритм оказания первой помощи при отравлениях**



**Задание:** Оказать первую помощь по ситуации, используя для принятия решения ситуационную задачу, а для выполнения задания средства оказания первой помощи, имеющиеся в наличии.

**Литература для подготовки к практическому занятию:**

Федюнин В.А. Методические и организационные аспекты туризма. Учеб.-метод.пособие [Текст] / В.А. Федюнин, А.В. Неймышев, А.А. Черный. – Нижний Тагил: Изд-во Ипполитова, 2020. – 122с.

**Тема 5. Разработка соревновательной дистанции**

**Задание:** Разработать Положение о соревнованиях по туризму (в зависимости от вида и характера соревнований) (Работа в группах)

**Литература для подготовки к практическому занятию:**

Федюнин В.А. Методические и организационные аспекты туризма. Учеб.-метод.пособие [Текст] / В.А. Федюнин, А.В. Неймышев, А.А. Черный. – Нижний Тагил: Изд-во Ипполитова, 2020. – 122с.

**Тема 6. Презентация учебных проектов «Туристские дестинации Урала»**

**Задание:** Подготовить презентацию по теме «Туристские возможности родного края»

**Литература для подготовки к практическому занятию:**

Федюнин В.А. Методические и организационные аспекты туризма. Учеб.-метод.пособие [Текст] / В.А. Федюнин, А.В. Неймышев, А.А. Черный. – Нижний Тагил: Изд-во Ипполитова, 2020. – 122с.

**6.2. Задания и методические указания по организации самостоятельной работы студента**

| Темы занятий   | Количество часов |        |         | Содержание самостоятельной работы  | Формы контроля СРС  |
|--|------------------|--------|---------|--|---|
|  | Всего            | Аудит. | Самост. |  |   |
| 1. <b>Введение.</b> Туризм в системе общественного воспитания. Виды туризма. | 4                | 2      | 2       | Работа с основной и дополнительной литературой<br>Выяснить роль туризма в формировании физических и моральных качеств человека | Тест-контроль<br><br>Обсуждение вопросов на практическом занятии          |
| 2. Картографические материалы: основные и вспомогательные                    | 8                | 3      | 5       | Работа с основной и дополнительной литературой<br>Выучить основные топографические знаки                                       | Проверка выполнения задания на практическом занятии и в туристском походе |
| 3. Ориентирование по карте и на местности по приборам                        | 6                | 2,5    | 3,5     | Работа с основной и дополнительной литературой<br>Отработка навыков ориентирования по карте и компасу.                         | Проверка выполнения задания на практическом занятии                       |

|  |    |     |     |  |  |
|--|----|-----|-----|--|--|
| 4. Ориентирование на местности по местным признакам  | 6  | 2,5 | 3,5 | Работа с основной и дополнительной литературой<br>Отработка навыков ориентирования по местным признакам.   | Проверка выполнения задания на практическом занятии        |
| 5. Меры безопасности в туристской деятельности   | 10 | 4   | 6   | Работа с основной и дополнительной литературой<br>Подготовить презентацию «Обеспечение безопасности в туристском походе»                                 | Проверка выполнения задания на практическом занятии        |
| 6. Оказание первой помощи при травмах и отравлениях в туристском походе  | 10 | 4   | 6   | Работа с основной и дополнительной литературой<br>Составить таблицу «Оказание первой помощи при травмах и отравлениях в походе»                          | Проверка выполнения задания на практическом занятии        |
| 7. Туризм как вид спорта.<br>Категорирование туристских походов.<br>Организация соревнований                     | 10 | 2   | 8   | Работа с основной и дополнительной литературой<br>Разработка проекта конкретного маршрута для соревнований, подготовка проекта Положения о соревнованиях | Представление и защита проекта на практическом занятии     |
| 8. Правила соревнований по туризму. Постановка дистанций.<br>Требования к дистанциям.<br>Требования к судейству. | 10 | 2   | 8   | Работа с основной и дополнительной литературой<br>Разработка проекта конкретного маршрута для соревнований, подготовка проекта Положения о соревнованиях | Представление и защита проекта на практическом занятии     |
| 9. Туристские возможности края   | 25 | 22  | 3   | Работа с основной и дополнительной литературой<br>Подготовка презентации по теме   | Представление и защита презентации на практическом занятии |
| 10. Зачет  | 9  |     | 9   | Подготовка к экзамену  | Сдача экзамена, и/или компьютерное                         |

|        |     |    |    |  |                       |
|--------|-----|----|----|--|-----------------------|
|        |     |    |    |  | тестирование по курсу |
| Всего: | 108 | 42 | 66 |  |                       |

## **7. Учебно-методическое и информационное обеспечение**

### ***Основная литература***

#### ***Основная литература***

1. Федюнин В.А. Методические и организационные аспекты туризма. Учеб.-метод. пособие [Текст] / В.А. Федюнин, А.В. Неймышев, А.А. Черный. – Нижний Тагил: Изд-во Ипполитова, 2020. – 122с.

#### ***Дополнительная литература***

1. Биржаков, М. Б. Введение в туризм: учеб. для вузов [Текст] / М. Б. Биржаков // Нац. акад. туризма, Балтийск. междунар. ин-т туризма. - Изд. 7-е, перераб. и доп. – СПб.: Невский Фонд; Издательский дом Герда, 2005. - 443 с.

2. Биржаков, М. Б. Безопасность в туризме: учеб.-метод. пособие [Текст] / М. Б. Биржаков, Н. П. Казаков // Междунар. Турист. Акад. – СПб.: Невский Фонд; М.: Герда, 2007. - 208 с.

3. Единая Всероссийская спортивная классификация, 2001–2005 гг., в 2 ч. [Текст] / Гос. комитет РФ по физ. культуре, спорту и туризму. Сост.: Т. М. Абсалямов и др. // Под ред. М. Н. Давыденко, В. Г. Никитушкина. – М.: Советский спорт, 2002. Ч. 1. - 374 с.

4. Кусков, А. С. Основы туризма: учеб. для вузов по экон. спец. [Текст] / А. С. Кусков, Ю. А. Джаладян. – М.: КНОРУС, 2008. - 387с.

5. Маслов, А. Г. Способы автономного выживания человека в природе: учебное пособие для вузов по спец. 033300 - Безопасность жизнедеятельности [Текст] / А. Г. Маслов, Ю. С. Константинов, В. Н. Латчук. – М.: Академия, 2004. - 297с.

#### ***Сетевые ресурсы***

1. <http://www.iprbookshop.ru/>
2. <http://www.iprbookshop.ru/14297.html>
3. <http://www.iprbookshop.ru/21421.html>

## **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

1. Лекционная аудитория – 417В.
2. Компьютер (ноутбук).
3. Телевизор.
4. Мультимедиапроектор.
5. Презентации к лекциям и семинарским занятиям.
6. Набор туристского снаряжения: палатки, веревки, карабины, компасы, навигаторы, топографические карты и т.д..