

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
(ВлГУ)



Заведующий
научно-методической работе
Е.А. Панфилов
« 02 » 10 2015 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Туризм в реабилитации и оздоровлении лиц
с ограниченными возможностями»**

Направление подготовки: 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»

Профиль подготовки: адаптивное физическое воспитание

Уровень высшего образования: бакалавриат

Форма обучения: очная

Семестр	Трудоемкость, зач. ед., час	Лекции, час.	Практич. занятия, час.	Лаборат. работы, час.	СРС, час.	Форма промежуточного контроля (экз/зач.)
8	2 ЗЕТ/ 72 час.	14	14	-	44	зачет
Итого	2 ЗЕТ/ 72 час.	14	14	-	44	зачет

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины являются: создание представления о теоретических основах и практических навыках использования туризма в процессе реабилитации и оздоровлении лиц с ограниченными возможностями и как фактора обеспечения здоровья; ознакомление студентов с организацией, структурой, содержанием, современными технологиями и практикой физкультурно – оздоровительной работы лиц с ограниченными возможностями; формирование необходимых знаний, умений и навыков, а также психологической готовности к работе с данной категорией населения; знание организационных и нормативных основ; овладение технологиями планирования различных форм туризма, в т.ч. и спортивно-массовых мероприятий, безопасного проведения походов для осуществления профессиональной образовательной деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Туризм в реабилитации и оздоровлении лиц с ограниченными возможностями» относится к вариативной части Блока 1. Для освоения дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися на дисциплинах: «Анатомия человека», «Физиология человека». Дисциплина способствует освоению дисциплин: «Социализация в адаптивном спорте», «Технологии физкультурно – спортивной деятельности» и др.

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате освоения дисциплины студент должен демонстрировать следующие результаты образования:

Знать:

- ✓ педагогическое значение туризма и его характеристику в связи с учетом возраста, пола, уровня физической подготовки данной категории занимающихся (ПК -3);
- ✓ особенности туризма, формы и методы организации туристских мероприятий (ПК-3);
- ✓ правила и последовательность организации туристского путешествия с учетом работы с данной категорией занимающихся, порядок движения на маршруте, организации туристского бивака, основы безопасного проведения путешествий (ПК-3).

Уметь:

- ✓ осуществлять педагогическое сопровождение процессов социализации и профессионального самоопределения обучающихся, подготовки их к сознательному выбору профессии (ПК-3);
- ✓ использовать туризм, как основное средство физической культуры для решения, оздоровительных, воспитательных, образовательных задач.

Владеть:

- ✓ современными методами диагностирования достижений обучающихся и воспитанников сфере туризма (ПК-3);
- ✓ средствами физической культуры для решения оздоровительных, воспитательных, образовательных задач;
- ✓ методикой профилактики травматизма и техникой безопасности при проведении занятий.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 часа.

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	семестр	неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)						Объем учебной работы, с применением интерактивных методов (в часах /%)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра), форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				лекции	Практические занятия	Лаб. работы	Контр. работы	СРС	КП/КР		
1.	Раздел 1. Общие основы спортивно - оздоровительного туризма.	8		6	0			10		6 /100 %	
	Тема 1.1. Основные понятия и особенности спортивно- оздоровительного туризма. Основы организации туристской деятельности в реабилитации и оздоровлении лиц с ограниченными возможностями		2	2				4		2/100%	
	Тема 1.2. География туризма в России. Особенности районов способствующих рекреации и реабилитации лиц с ограниченными возможностями.		4	2				4		2/100%	
	Тема 1.3. Виды туризма. Формы туристских мероприятий.		6	2				2		2/100%	Рейтинг - контроль № 1
2.	Раздел 2. Организация похода для лиц с ограниченными возможностями	8		4	8			20		4 /33%	
	Тема 2.1. Особенности и порядок организации похода для лиц с ограниченными возможностями.		8	2	2			4		2/50%	
	Тема 2.2. Снаряжение в походе и особенности подбора туристского снаряжения для лиц с ограниченными возможностями.		10	1	2			4		1/33%	
	Тема 2.3. Организация туристского бивуака. Особенности организации питания в походе .		11	1	2			6		1/33%	
	Тема 2.4. Безопасность в походе. Факторы, влияю-		12		2			6			Рейтинг контрол

	щие на безопасность. Первая доврачебная помощь в походе и на занятиях. Гигиена туриста.									№ 2
3.	Раздел 3. Топография и способы ориентирования в походе.	8		4	6			14	4 /40 %	
	Тема 3.1. Карта и ее составляющие. Элементы топографии. Ориентирование по местным признакам.		14	2				2	2/100%	
	Тема 3.2. Компас и работа с ним. Ориентирование с помощью карты и компаса. Оценка расстояний и времени.		15		2			4		
	Тема 3.3. Глазомерная съемка местности		16	2	2			6	2/50%	
	Тема 3.4. Виды соревнований и их специфика. Полевой туристский лагерь.		18		2			2		Рейтинг – контроль № 3
	Всего:			14	14			44	14/ 50%	зачет

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Учебный процесс по дисциплине «Туризм в реабилитации и оздоровлении лиц с ограниченными возможностями» осуществляется с применением технических и мультимедийных средств; активных и интерактивных форм проведения занятий (ролевые игры, разбор конкретных ситуаций, дискуссий, деловых игр, проблемных заданий, в сочетании с внеаудиторной работой по выполнению элементов туристской техники и тактики, техники спортивного ориентирования на местности на основе лично-ориентированного подхода к студентам с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся, также предусмотрены встречи с представителями государственных и общественных организаций из данной сферы.

6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Темы заданий для рейтинг – контроля студентов (текущий контроль)

Рейтинг – контроль № 1. Общие основы спортивно - оздоровительного туризма. Основы организации туристской деятельности в реабилитации и оздоровлении лиц с ограниченными возможностями. География туризма в России. Особенности районов способствующих рекреации и реабилитации лиц с ограниченными возможностями. Виды туризма. Формы туристских мероприятий.

Рейтинг – контроль № 2. Организация похода для лиц с ограниченными возможностями. Особенности и порядок организации похода для лиц с ограниченными возможностями. Снаряжение в походе. Особенности организации питания в походе. Организация туристского би-

вуака. Безопасность в походе. Факторы, влияющие на безопасность. Первая доврачебная помощь в походе и на занятиях. Гигиена туриста.

Рейтинг – контроль № 3. Топография и способы ориентирования в походе. Карта и ее составляющие. Элементы топографии. Ориентирование по местным признакам. Компас и работа с ним. Ориентирование с помощью карты и компаса. Оценка расстояний и времени. Глазомерная съемка местности. Виды соревнований и их специфика. Полевой туристский лагерь.

Вопросы к зачету

1. Предмет, задачи, основные понятия дисциплины «Туризм в реабилитации и оздоровлении лиц с ограниченными возможностями».
2. Классификация инвалидов по тяжести дефекта и нозологическим группам.
3. Типичные нарушения двигательной сферы детей разных нозологических групп.
4. Особенности психической сферы детей с нарушениями в развитии.
5. Коррекционно-развивающее направление как основной вид деятельности в методике адаптивной физической культуры.
6. Основные знания, умения и навыки специалиста адаптивной физической культуры в работе с детьми-инвалидами.
7. Основные виды и формы занятий физическими упражнениями при работе с детьми-инвалидами.
8. История возникновения и развития туризма в России и его современное состояние.
9. Туризм как средство рациональной организации досуга населения.
10. Туризм как средство формирования основ здорового образа жизни.
11. Классификация туризма и характеристика его основных видов.
12. Основные функции туризма. Основные аспекты восстановительной функции туризма.
13. Характеристика реабилитационного и рекреационного туризма и его необходимые признаки.
14. Этапы организации самостоятельного путешествия для лиц с ограниченными возможностями.
15. Комплектование походной группы. Распределение обязанностей в группе.
16. Организация питания в походе. Приемы составления раскладки (пищевого рациона) для различных видов путешествий. Особенности приготовления пищи в походных условиях.
17. Особенности личного и группового снаряжения в походе.
18. Бивачные работы и организация быта в условиях самостоятельного похода. Виды палаток и способы их установки.
19. География различных видов туризма в России. Рекреационные районы России. Географические особенности и туристские маршруты Владимирского края.
20. Виды веревок и узлов, их целевое назначение. Приемы работы с веревкой. Способы страховки в путешествиях.
21. Топографические карты, условные знаки, масштаб.
22. Способы ориентирования в путешествии. Ориентирование по местным предметам и признакам. Правила определения погодных условий.
23. Основные требования к месту привала и ночлега. Планировка бивака. Организация ночлегов в экстремальных ситуациях. Режим и распорядок походного дня в пешеходном путешествии.
24. Виды опасностей в туристских походах. Меры по профилактике несчастных случаев. Травмы и заболевания, обусловленные неправильными действиями туристов. Первая помощь.
25. Опасности и заболевания, связанные с неблагоприятными метеорологическими условиями.
26. Тепловой и солнечный удар. Первая медицинская помощь.
27. Укусы насекомых, отравление ядовитыми грибами. Оказание первой помощи.
28. Ушибы, растяжения, вывихи, переломы, сотрясения мозга. Первая доврачебная помощь.
29. Отравление продуктами питания и желудочно-кишечные заболевания. Первая помощь.
30. Ранения режущими и колющими орудиями. Остановка кровотечения.
31. Спасение утопающих. Первая помощь при утоплении.

32. Основные приемы реанимации: искусственное дыхание и массаж сердца.
33. Способы транспортировки пострадавшего.
34. Основные приемы врачебно-педагогического контроля при проведении туристских мероприятий.

Задания для самостоятельной работы

1. Понятийный аппарат по теме «Туризм в реабилитации и оздоровлении лиц с ограниченными возможностями».
2. Подготовить доклад на тему: «Исторические, культурные и географические достопримечательности Владимирской области».
3. Составить список литературы по теме «Туризм в реабилитации и оздоровлении лиц с ограниченными возможностями».
4. Составить список нормативных документов, регулирующих сферу: туризм в реабилитации и оздоровлении лиц с ограниченными возможностями».
5. Сделать презентацию по любому из географических районов России или зарубежья, по теме: «Географические особенности организации (реабилитационного, рекреационного, для лиц с ограниченными возможностями) туризма в (наименование географического района)».
6. Подготовить реферат (или презентацию) на тему: «Организация пешего(водного, велосипедного) похода 1 к.с.(июнь)».
7. Разработать проект маршрута спортивно - оздоровительного (степенного/ категорийного)похода, в т.ч. для лиц с ограниченными возможностями».
8. Составить календарный план зачетного похода .
9. Составить меню-раскладку на группу 10 человек для пешего похода 1 к.с. (6 дней, 100 км.,июнь).
10. Составить список личного и группового снаряжения для похода (1 к.с., пеший, июнь).
11. Скомплектовать аптечку(описать особенности транспортировки и хранения) и рем.набор.
12. Подготовить документацию похода для МКК.
13. Составить проект (эскиз) организации туристского бивака.
14. Совершить поход выходного дня.
15. Составить отчет о совершенном походе/ Написать статью и опубликовать в СМИ.
16. Изучить и знать основные туристские узлы.
17. Изучить способы оказания ПМП. Подготовить реферат / презентацию на тему:«Первая доврачебная помощь в походе».
18. Зарисовать таблицу «Международных кодовых сигналов бедствия». Изучить и знать их.
19. Зарисовать в тетрадь знаки (УСТЗ и СТЗ) и знать их.
20. Начертить план местности в которой вы живете (ориентированной на север), передвижение с помощью компаса правильно ориентируя план.
21. Передвижение на местности с помощью компаса и карты.
22. Линейная глазомерная съемка маршрута 1 км. Вырисовка карты.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

а) основная литература:

1. Теория и методика спортивного туризма [Электронный ресурс]: учебник/ В.А. Таймазов [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2014.— 424 с.
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971806479>
2. Теория и методика физической рекреации [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / В.С. Макеева, В.В. Бойко. - М. : Советский спорт, 2014.
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971807100.html>
3. Федеральный закон "Об основах туристской деятельности в Российской Федерации" [Электронный ресурс] / - М. : Финансы и статистика, 2014. -
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785279035373.html>
4. Основы экскурсионной деятельности [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Л. В. Курило, Е. В. Смирнова. - М. : Советский спорт, 2012. - (Профессиональное туристское образование) -
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805533.html>

б) дополнительная литература:

1. Туризм и рекреация на пути устойчивого развития: отечественные и зарубежные исследования [Электронный ресурс] : монография / под ред. В. И. Кружалина, А. Ю. Александровой. - М. : Советский спорт, 2008.
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971803089.html>
2. Организация и проведение туристских походов с учащимися [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / Ю.С. Константинов, Г.И. Зорина, А.Г. Маслов. - М. : Советский спорт, 2011. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805489.html>
3. Воронков Ю.И. Медико-биологические и психолого-педагогические проблемы здоровья и долголетия в спорте [Электронный ресурс] : очерки / Ю.И. Воронков, А.Я. Тизул. - М. : Советский спорт, 2011. - 228 с. <http://www.studentlibrary.ru/book - ISBN 978-5-9718-0521-10.html>
4. Бабкин А.В. Специальные виды туризма [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Бабкин А.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2008.— 208 с.— Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971803102.html>

в) периодические издания:

- 1) Журнал Лечебная физическая культура и спортивная медицина. 2015 г. №1 (127)-№6 (132)
- 2) Журнал Адаптивная физическая культура
- 3) «Теория и практика физической культуры» (архив)
<http://lib.sportedu.ru/press/tpfk>
- 4) «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка» (архив)
<http://lib.sportedu.ru/press/fkvot>
- 5) «Спорт для всех» (архив)
<http://www.infosport.ru/press/sfa/arch.htm>
- 6) «Социологические исследования»
<http://www.socis.isras.ru>

- 7) «Спортивная жизнь России»
<http://www.sgros.nm.ru>

г) интернет - ресурсы

1. www.tssr.ru - туристский спортивный союз России. Федерация спортивного туризма России.
2. www.ft33.ru - федерация спортивного туризма Владимирской области
3. www.tourism.vladimir.ru - комитет по физкультуре и спорту Владимирской области.
4. Адаптивная физическая культура [Электронный ресурс] // Википедия. – Режим доступа: <http://ru.wikipedia.org/wiki>.
5. Индивидуальная программа реабилитации: благие намерения и реальность. [Электронный ресурс] // Права инвалидов и их защита: [web-сайт]. – Режим доступа: <http://pravo.perspektiva-inva.ru>.
6. www.skitalets.ru - сервер туристов и путешественников
7. www.outdoors.ru - энциклопедия туриста, мир путешествий и приключений, www.pohod.ru - сайт о походах
8. www.2r.ru - информационное издание по туризму, отдыху и путешествиям в России, странах СНГ и Балтии
9. www.vvv.ru - экстремально-приключенческий портал

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.

1. Лекционные занятия :

Ауд. 108 (Кабинет теории и методики физической культуры и спортивных дисциплин).
Нежилое здание (Спортивный корпус № 3), 600021, Владимирская область, МО город Владимир (городской округ), г. Владимир, ул. Университетская, д. 1.

Оборудование: Экран, переносной мультимедийный комплекс, электронные презентации, доска, мел, плакаты, таблицы, материал для самоподготовки: раздаточный материал с методическими сопровождением.

2. Практические занятия:

Ауд. 106 (Спортивный зал). Нежилое здание (Спортивный корпус № 3), 600021, Владимирская область, МО город Владимир (городской округ), г. Владимир, ул. Университетская, д. 1. Инвентарная с туристским снаряжением.

Спортивный стадион (открытое площадное спортивное сооружение) 600021, Владимирская область, МО город Владимир (городской округ), г. Владимир, ул. Университетская, д. 1. (сзади 3 - СК)

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», профиль «Адаптивное физическое воспитание»

Рабочую программу составил доцент кафедры ТМФКСД

 Агибалова А.А.

Рецензент (ы) ректор ВИТиГ, к.п.н.,  Лавров Ф. Н.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК

протокол № 9/1 от 1 апреля 2015 года.

Заведующий кафедрой  Батоцыренова Т. Е.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направлений 49.03.01; 49.03.02

протокол № 5/1 от 2 апреля 2015 года.

Председатель комиссии  Батоцыренова Т. Е.