

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

Кафедра туризма и сервиса

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ**

**по дисциплине «Основы самостоятельного туризма»
для студентов, обучающихся по специальности
43.02.10 – «Туризм»**

Составитель:
Преподаватель КИТП
Журавлев А.А.

Владимир 2021

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Для освоения дисциплины предусмотрены различные виды занятий: лекции, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся.

Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

- изучение основных понятий и терминов, относящихся к самодеятельному туризму;
- формирование представления о значении самодеятельного туризма;
- формирование умения пользоваться законодательными актами и нормативными документами в области туризма;
- овладение умениями и навыками поиска, систематизации и комплексного анализа информации;
- анализ и систематизация сведений о состоянии и структуре рынка самодеятельного туризма;
- способность анализировать развитие инфраструктуры самодеятельного туризма.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ПК, ОК | Умения | Знания |
|---|---|--|
| ОК 1, ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9. | <ul style="list-style-type: none"> - грамотно и аргументированно доказывать свою точку зрения в рамках изучения дисциплины; - профессионально пользоваться основными терминами и понятиями, относящимися к области самодеятельного туризма; - выбирать эффективные методы и способы выполнения профессиональных задач; - грамотно продумать программу своевременного освоения учебного материала; - выполнять различные виды практических заданий и профессиональных задач в установленные и ограниченные сроки времени; - оценивать последствия принятых решений; - осуществлять поиск и использовать информацию о состоянии и структуре рынка самодеятельного туризма; - осуществлять поиск источников, необходимых для изучения курса дисциплины; - творчески и эффективно использовать полученные знания в своей профессиональной деятельности; - выполнять практические работы и профессионально-направленные задачи в составе команды; - грамотно и логично строить свою устную и письменную речь; | <ul style="list-style-type: none"> - определение, основные факторы, условия формирования и развития самодеятельного туризма; - особенности проведения туристских походов, слётов и фестивалей; - методы и способы эффективной оценки результатов, полученных в ходе выполнения практических работ; - основные термины и понятия, принятые в самодеятельном туризме на русском и иностранном языке; - свои возможности и умения для решения профессиональных задач в стандартной/нестандартной ситуации; - методы и способы решения найти выход в экстремальной ситуации; - особенности работы с различными видами источников, в том числе и электронными; - методы и принципы использования мультимедийных ресурсов для полноценного выполнения практических работ; - способы построения эффективной коммуникации с преподавателями и коллегами; - законодательные акты и нормативные документы по правовому регулированию самодеятельного туризма; - особенности организации туристских слётов и фестивалей; - этапы организации и проведения самодеятельных походов; |

| | | |
|--|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - грамотно распределять время и возможности для решения поставленных задач и целей; - распределять обязанности между участниками самостоятельного похода; - нести ответственность за организацию туристских слётов и фестивалей; - проводить самостоятельный анализ учебной деятельности; - использовать инструменты планирования и самоконтроля учебной деятельности; - выбирать средства для формирования и развития профессиональных компетенций, используя ресурсы образовательной программы; - использовать новые технологии и информационные устройства при организации самостоятельных походов. | <ul style="list-style-type: none"> - методика развития и совершенствования своего интеллектуального и общекультурного уровня; - возможность участия в научно-практических конференциях и семинарах; - ресурсы для поиска и изучения дополнительной информации по пройденному материалу; - новые технологии в профессиональной деятельности. |
| <p>ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.6.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - контролировать процесс подготовки и организации самостоятельного похода от начала и до конца; - оперативно решать возникающие при подготовке похода вопросы и проблемы; - чётко и доступно объяснить участникам похода правила поведения на маршруте; - выстроить коммуникацию с каждым участником похода; - оперативно реагировать на возникающие проблемы и сложности в походе; - грамотно распланировать режим дня в походе; - довести до всех участников похода правила техники безопасности; - предоставлять информацию о туристско-рекреационных ресурсах самостоятельного туризма. | <ul style="list-style-type: none"> - инфраструктура самостоятельного туризма; - обязательные нормативные документы для проведения самостоятельного похода; - основные термины и понятия, принятые в самостоятельном туризме на русском и иностранном языках; - права и обязанности руководителя и участников похода; - этапы проведения самостоятельного похода на профессиональном уровне; - правила оказания первой помощи; - запасные варианты прохождения маршрута; - правила оформления нормативных документов по самостоятельному туризму. |

Цель и задачи практических занятий: получение практических знаний по организации выставочной деятельности в туризме и возможность их использования в процессе дальнейшего обучения, профессионального становления и развития студента.

ТЕМАТИКА ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

Раздел 1. Самостоятельный туризм. Основные понятия

Практическое занятие 1

Вид практического занятия: анализ нормативно-правовых документов в сфере самодеятельного туризма.

Тема и содержание занятия: нормативная база самодеятельного туризма.

Цель занятия: изучить основные термины и определения самодеятельного туризма, выявить закономерности развития самодеятельного туризма, провести анализ отдельных законодательных актов в этой сфере.

Практические навыки: получение навыков сбора и обработки информации в области самодеятельного туризма, работа с учебным материалом, нормативно-правовыми документами.

Практическое занятие 2

Вид практического занятия: решение тестов и задач, посвященных особенностям разных видов самодеятельного туризма.

Тема и содержание занятия: снаряжение в пешеходный, водный, лыжный, горный, велосипедный, автомобильный и мотоциклетный походы

Цель занятия: исследовать особенности группового, личного и специального снаряжений для различных видов самодеятельного туризма.

Практические навыки: навыки сбора и обработки материала по выбранным темам, навыки работы с мультимедийными презентациями.

Раздел 2. Соревнования по туристскому многоборью

Практическое занятие 1

Вид практического занятия: анализ документации необходимой для проведения туристских соревнований.

Тема и содержание занятия: документация для проведения туристских соревнований

Цель занятия: исследовать документацию, необходимую для подготовки туристских соревнований, привить навыки по составлению технологической документации.

Практические навыки: навыки работы с документацией, навыки анализа документов, делового стиля в подготовке документов туристского соревнования.

Практическое занятие 2

Вид практического занятия: работа с топографической картой, приемами ориентирования на местности.

Тема и содержание занятия: виды спортивного ориентирования

Цель занятия: исследовать область спортивного ориентирования, привить студентам навыки ориентирования на местности.

Практические навыки: навыки работы с компасом и картой, навыки ориентирования на местности.

Раздел 3. Организация и проведение туристского похода

Практическое занятие 1

Вид практического занятия: анализ документов необходимых для организации и проведения самодеятельного туристского похода.

Тема и содержание занятия: документация для проведения туристского похода

Цель занятия: ознакомиться с документами по организации и проведению туристского похода.

Практические навыки: навыки работы с документацией, навыки в подготовке документов туристского соревнования.

Практическое занятие 2

Вид практического занятия: проложить нитку собственного маршрута самостоятельного похода на топографической карте.

Тема и содержание занятия: составление нитки маршрута.

Цель занятия: ознакомиться с принципами и особенностями прокладывания маршрута самостоятельного туристского похода.

Практические навыки: навыки работы с топографической картой.

Практическое занятие 3

Вид практического занятия: решение задач по определению времени в туристском походе при разных ситуациях.

Тема и содержание занятия: методы определения времени в туристском походе.

Цель занятия: ознакомиться с разными способами определения времени в туристском походе, в экстремальных ситуациях.

Практические навыки: навыки определения времени нестандартными способами.

Практическое занятие 4

Вид практического занятия: составление таблицы «Виды костров. Правила безопасного разжигания».

Тема и содержание занятия: костры и костровое хозяйство.

Цель занятия: ознакомиться с безопасными для окружающей среды правилами разжигания костра и ведения кострового хозяйства.

Практические навыки: навыки разжигания костра и ведения кострового хозяйства в рамках пожарной безопасности окружающей среды.

Практическое занятие 5

Вид практического занятия: решение практических задач по особенностям организации привала во время туристского самостоятельного похода.

Тема и содержание занятия: организация привала в походе.

Цель занятия: ознакомиться с правилами организации привала во время туристского самостоятельного похода.

Практические навыки: навыки организации грамотного привала, правильного выбора места стоянки во время туристского похода.

Перечень рекомендуемых (основных) учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основная литература:

1. Алексеев, А.А. Питание в туристском походе [Электронный ресурс] / А.А. Алексеев. – М., 1992. Режим доступа: <http://www.barrier.org.ru/text/method/alexeev/index.htm>
2. Биржаков, М.Б., Казаков Н.П. Безопасность в туризме / М.Б. Биржаков, Н.П. Казаков. - СПб.: Издательский дом Герда, 2005. – 208 с.
3. Волович, В.Г. Академия выживания / В.Г. Волович. - М.: Толк, 1996. – 363 с.
4. Зорин, И.В., Квартальнов, В.А. Энциклопедия туризма / И.В. Зорин, В.А. Квартальнов. - М.: Финансы и статистика, 2000. – 364 с.
5. Ильин, А. Школа выживания в природных условиях / А. Ильин. - М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2001. – 382 с.
6. Коструб, А.А. Медицинский справочник туриста / А.А. Коструб. - М.: Профиздат, 2000. – 254 с.
7. Меньчуков, А.Е. В мире ориентиров / А.Е. Меньчуков. – М.: Недра, 1986. – 284 с.
8. Перечень классифицированных и эталонных туристских спортивных маршрутов и препятствий / С.Н. Панов, В.В. Говор. - М., 2008.
9. Попчиковский, Ю.В. Организация и проведение туристских походов [Электронный ресурс] / Ю.В. Попчиковский. - М.: Профиздат, 1987. Режим доступа: <http://hibaratxt.narod.ru/organiz/index.html>
10. Правила соревнований по спортивному туризму. ТССР. - М. 2008.
11. Регламент по спортивному туризму. Туристско-спортивные мероприятия, связанные с прохождением туристских маршрутов. ТССР. - М. 2008.
12. Рубис, Л.Г. Травматизм на спортивных туристских маршрутах. Учебное пособие / Л.Г. Рубис. – СПб.: СПГУТД, 2008. – 146 с.
13. Способы автономного выживания человека в природе: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений. Туризм / А.Г. Маслов, Ю.С. Константинов, В.Н. Латчук. – М.: Издательство Академия, 2005. – 297 с.
14. 1000 + 1 совет туристу: Школа выживания. / Н.Б. Садикова. – Минск: Издательство Современный литератор, 2005. – 352 с.
15. Торопов, И.К. Основы безопасности жизнедеятельности: учебное пособие / И.К. Торопов. – СПб.: Союз специалистов по безопасной деятельности человека, 1992.

16. Туризм. Безопасность в программах туров и на туристских маршрутах. Пособие для вузов / И.И. Бутко, Г.И. Ляшко, П.П. Маркин, В.А Ситников. - М.: МарТ, 2007. – 332 с.
17. Тыкул, В.И. Спортивное ориентирование. Пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений [Электронный ресурс] / В.И. Тыкул. – М.: Просвещение, 1990. Режим доступа: <http://hibaratxt.narod.ru/orientir/index.html>
18. Уилсон, Н. Руководство по ориентированию на местности: Выбор маршрута и планирование путешествия. Навигация с помощью карт, компаса и природных объектов / Н. Уилсон. – М.: Фаир-Пресс, 2004. – 344 с.
19. Шабанов, Ю.Н. Карманная энциклопедия туриста / Ю.Н. Шабанов. – М.: Вече, 2000. – 464 с.

Дополнительная литература:

1. Алешин, В.М., Серебrenиков, А.В. Туристская топография / В.М. Алешин, А.В. Серебrenиков. - М.: Профиздат, 1985. – 160 с.
2. Альтманн, Х. Ядовитые растения. Ядовитые животные / Х. Альтманн. – М.: Бертельсманн Медиа Москау АО, 2004. – 160 с.
3. Андреев, Г.Г. Первая медицинская помощь. Краткий справочник по оказанию первой доврачебной помощи / Г.Г. Андреев. – СПб.: Нива, 2005. – 128 с.
4. Балабанов, И.В. Узлы / И.В. Балабанов. - М.: Балабанов, 2007. – 79 с.
5. Водный туризм / В.Н. Григорьев. - М.: Профиздат, 1990. – 304 с.
6. Гостюшин, А.В. Краткая энциклопедия экстремальных ситуаций / А.В. Гостюшин. – М.: Т-во Российских издателей, 1995. – 756 с.
7. Джоунс, Н. Краткий медицинский справочник / Н. Джоунс. – М.: АСТ, Астрель, 2008. – 304 с.
8. Захаров, П.П. Школа альпинизма / П.П. Захаров, Т.В. Степенко. - М.: Физкультура и спорт, 1989. – 463 с.
9. Ильичев, А.А. Популярная энциклопедия выживания / А.А. Ильичев. – М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 399 с.
10. Кротов, А. Практика вольных путешествий / А. Кротов. - М.: Гео-МТ, 2007. – 96 с.
11. Личная безопасность в чрезвычайных ситуациях. – М.: Издательство НЦ ЭНАС, 2008. – 62 с.
12. Маринов, Б. Проблемы безопасности в горах [Электронный ресурс] / Б. Маринов. — М.: Физкультура и спорт, 1981. Режим доступа: <http://hibaratxt.narod.ru/alpin/marinov/index.html>

13. Ротенберг, Р. Расты здоровым: детская энциклопедия здоровья / Р. Ротенберг. – М.: Физкультура и спорт, 1992 г. – 592 с.
14. Черныш, И.В. Походная энциклопедия путешественника / И.В. Черныш. – М.: Издательство Фаир-Пресс, 2006. – 438 с.
15. Штюрмер, Ю.А. Четвертая грань туризма / Ю.А. Штюрмер. - М.: Профиздат, 1984. – 168 с.
16. Энциклопедия выживания. Один на один с природой / Б. Кудряшов. – Краснодар: Советская Кубань, 2001. – 380 с.

Интернет-ресурсы:

1. www.tssr.ru – туристский спортивный союз России. Федерация спортивного туризма России.
2. www.skitalets.ru – сервер туристов и путешественников
3. www.outdoors.ru – энциклопедия туриста, мир путешествий и приключений
4. www.2r.ru – информационное издание по туризму, отдыху и путешествиям в России, странах СНГ и Балтии
5. www.vvv.ru – экстремально-приключенческий портал
6. www.pohod.ru – сайт о походах
7. www.ft33.ru – федерация спортивного туризма Владимирской области
8. www.tourism.vladimir.ru – комитет по физкультуре и спорту Владимирской области