

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Волгоградский государственный социально-педагогический университет»  
Факультет естественнонаучного образования, физической культуры и  
безопасности жизнедеятельности  
Кафедра теории и методики обучения физической культуре и безопасности  
жизнедеятельности

«УТВЕРЖДАЮ»

Проректор по учебной работе

Ю. А. Жадаев

2016 г.



## **Спортивное ориентирование и туризм**

**Программа учебной дисциплины**

Направление 44.03.05 «Педагогическое образование»

Профили «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности»

*очная форма обучения*

Волгоград  
2016

Обсуждена на заседании кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности

«17» 06 2016 г., протокол № 11

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ «17» 06 2016 г.  
(подпись) (зав. кафедрой) (дата)

Рассмотрена и одобрена на заседании учёного совета факультета естественнонаучного образования, физической культуры и безопасности жизнедеятельности

«30» 06 2016 г., протокол № 15

Председатель учёного совета \_\_\_\_\_ «30» 06 2016 г.  
(подпись) (дата)

Утверждена на заседании учёного совета ФГБОУ ВО «ВГСПУ»

«29» 08 2016 г., протокол № 1

#### Отметки о внесении изменений в программу:

Лист изменений № \_\_\_\_\_  
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Лист изменений № \_\_\_\_\_  
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Лист изменений № \_\_\_\_\_  
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

#### Разработчики:

Даянова Марина Александровна кандидат биологических наук, доцент кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО "ВГСПУ".

Программа дисциплины «Спортивное ориентирование и туризм» соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование» (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 февраля 2016 г. № 91) и базовому учебному плану по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование» (профили «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности»), утверждённому Учёным советом ФГБОУ ВПО «ВГСПУ» (от 28 марта 2016 г., протокол № 10).

## **1. Цель освоения дисциплины**

Формировать у будущих бакалавров систематизированные знания в области спортивного ориентирования и туризма.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина «Спортивное ориентирование и туризм» относится к вариативной части блока дисциплин.

Профильной для данной дисциплины является педагогическая профессиональная деятельность.

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Безопасность жизнедеятельности», «Методика обучения безопасности жизнедеятельности», «Методика обучения физической культуре», «Взаимодействие школы и современной семьи», «Криминальные опасности и защита от них», «Организация физкультурно-спортивных мероприятий», «Психологические основы безопасности», «Психология экстремальной ситуации», «Системы гражданской защиты населения», «Современные технологии оценки учебных достижений учащихся», «Спортивно-патриотическое воспитание в региональном образовательном пространстве», «Формирование профессиональных компетенций учителя физической культуры», «Ценностно-смысловое пространство физической культуры в контексте педагогического образования», «Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от них», «Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита от них», «Экономика образования», прохождения практик «Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков (Туризм, спортивное ориентирование и навыки выживания)», «Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности».

## **3. Планируемые результаты обучения**

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (ОК-9);
- способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности (ПК-7).

### **В результате изучения дисциплины обучающийся должен:**

#### ***знать***

- характеристику видов спортивного ориентирования; особенности теоретической, технической, тактической, физической и психологической подготовки в спортивном ориентировании;
- характеристику видов туризма; условные и топографические знаки; технику передвижения, в зависимости от вида туризма; содержание и формы туристической работы с обучающимися;

#### ***уметь***

- планировать и проводить учебно-тренировочные занятия по спортивному ориентированию с различным контингентом обучающихся с учетом санитарно-

гигиенических и климатических норм;

– планировать и проводить учебно-тренировочные занятия по туризму с различным контингентом обучающихся с учетом климато-географических условий;

**владеть**

– профессиональной и рациональной организацией и проведением занятий и соревнований по спортивному ориентированию в соответствии с содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся;

– профессиональной и рациональной организацией и проведением занятий и соревнований по туризму в соответствии с содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся.

#### 4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		1
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	36	36
В том числе:		
Лекции (Л)	18	18
Практические занятия (ПЗ)	–	–
Лабораторные работы (ЛР)	18	18
<b>Самостоятельная работа</b>	36	36
<b>Контроль</b>	–	–
Вид промежуточной аттестации		ЗЧО
Общая трудоемкость	часы	72
	зачётные единицы	2

#### 5. Содержание дисциплины

##### 5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1	Спортивное ориентирование	Виды спортивного ориентирования; виды подготовки ориентировщиков; организация и судейство соревнований по спортивному ориентированию
2	Туризм	Виды туризма; топографическая подготовка; организация туристического похода

##### 5.2. Количество часов и виды учебных занятий по разделам дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. зан.	Лаб. зан.	СРС	Всего
1	Спортивное ориентирование	10	–	12	18	40
2	Туризм	8	–	6	18	32

#### 6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

##### 6.1. Основная литература

1. Туризм и спортивное ориентирование [Текст] : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура" / Л. А. Вяткин, Е. В. Сидорчук. - 4-е изд.,

стер. - М. : Изд. центр "Академия", 2009. - 205, [3] с. : ил., табл. - (Высшее профессиональное образование. Педагогические специальности). - Библиогр.: с. 207. - ISBN 978-5-7695-5831-3; 5 экз. : 246-62..

2. Бгатов А. П. Безопасность в туризме [Текст] : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению подгот. 100200 (специальности 100201) Туризм / А. П. Бгатов. - М. : ФОРУМ, 2010. - 174 с. - (Высшее образование). - Библиогр.: с. 171 (10 назв.). - ISBN 978-5-91134-175-6; 10 экз. : 85-00..

3. Курченков А.А. Спортивное ориентирование [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Курченков А.А., Суханов В.М.— Электрон. текстовые данные.— Воронеж: Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2015.— 140 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/47479>.— ЭБС «IPRbooks».

## **6.2. Дополнительная литература**

1. Вяткин, Л. А. Туризм и спортивное ориентирование [Текст] : учеб. пособие для студентов пед. вузов по специальности 033100 - Физ. культура / Л. А. Вяткин, Е. В. Сидорчук, Д. Н. Немытов. - 2-е изд., доп. - М. : Академия, 2004. - 205, [3] с. : рис. - (Высшее профессиональное образование. Педагогические специальности). - Библиогр.: с. 207. - ISBN 5-7695-1714-X; 20 экз. : 65-28..

2. Иванова Н.В. Спортивно-оздоровительный туризм [Электронный ресурс]: учебное пособие для бакалавров/ Иванова Н.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Дашков и К, Ай Пи Эр Медиа, 2014.— 256 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/21421>.— ЭБС «IPRbooks».

3. Ширинян, А. А. Современная подготовка спортсмена-ориентировщика [Электронный ресурс] : учебное пособие / А. А. Ширинян, А. В. Иванов ; А. А. Ширинян. - Москва : Советский спорт, 2010. - 112 с. - ISBN 978-5-9718-0465-9..

4. Пельменев, В. К. Основы спортивного ориентирования [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / В. К. Пельменев, В. Ю. Юшков ; В. К. Пельменев. - Калининград : Российский государственный университет им. Иммануила Канта, 2006. - 52 с.

## **7. Ресурсы Интернета**

Перечень ресурсов Интернета, необходимых для освоения дисциплины:

1. Электронная библиотечная система IPRbooks URL: <http://iprbookshop.ru>.
2. Электронная библиотечная система издательства «Лань». URL: <http://e.lanbook.com>.
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. URL: <http://elibrary.ru>.
4. Образовательный портал Волгоградского государственного социально-педагогического университета. URL: <http://edu.vspu.ru>.

## **8. Информационные технологии и программное обеспечение**

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости):

1. Комплект офисного программного обеспечения.
2. Технологии обработки текстовой информации.
3. Интернет-браузер.
4. Технологии поиска информации в Интернете.
5. Технологии обработки графической информации.
6. Технологии электронной почты (асинхронное взаимодействие в сети Интернет).

## **9. Материально-техническая база**

Для проведения учебных занятий по дисциплине «Спортивное ориентирование и туризм» необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Учебная аудитория для проведения лекционных занятий.
2. Комплект переносного презентационного оборудования.

## **10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Дисциплина «Спортивное ориентирование и туризм» относится к вариативной части блока дисциплин. Программой дисциплины предусмотрено чтение лекций и проведение лабораторных работ. Промежуточная аттестация проводится в форме аттестации с оценкой.

Лекционные занятия направлены на формирование глубоких, систематизированных знаний по разделам дисциплины. В ходе лекций преподаватель раскрывает основные, наиболее сложные понятия дисциплины, а также связанные с ними теоретические и практические проблемы, даёт рекомендации по практическому освоению изучаемого материала. В целях качественного освоения лекционного материала обучающимся рекомендуется составлять конспекты лекций, использовать эти конспекты при подготовке к практическим занятиям, промежуточной и итоговой аттестации.

Лабораторная работа представляет собой особый вид индивидуальных практических занятий обучающихся, в ходе которых используются теоретические знания на практике, применяются специальные технические средства, различные инструменты и оборудование. Такие работы призваны углубить профессиональные знания обучающихся, сформировать умения и навыки практической работы в соответствующей отрасли наук. В процессе лабораторной работы обучающийся изучает практическую реализацию тех или иных процессов, сопоставляет полученные результаты с положениями теории, осуществляет интерпретацию результатов работы, оценивает возможность применения полученных знаний на практике.

При подготовке к лабораторным работам следует внимательно ознакомиться с теоретическим материалом по изучаемым темам. Необходимым условием допуска к лабораторным работам, предполагающим использованием специального оборудования и материалов, является освоение правил безопасного поведения при проведении соответствующих работ. В ходе самой работы необходимо строго придерживаться плана работы, предложенного преподавателем, фиксировать промежуточные результаты работы для отчета по лабораторной работе.

Контроль за качеством обучения и ходом освоения дисциплины осуществляется на основе рейтинговой системы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов. Рейтинговая система предполагает 100-балльную оценку успеваемости студента по учебной дисциплине в течение семестра, 60 из которых отводится на текущий контроль, а 40 – на промежуточную аттестацию по дисциплине. Критериальная база рейтинговой оценки, типовые контрольные задания, а также методические материалы по их применению описаны в фонде оценочных средств по дисциплине, являющемся приложением к данной программе.

## **11. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы**

Самостоятельная работа обучающихся является неотъемлемой частью процесса обучения в вузе. Правильная организация самостоятельной работы позволяет обучающимся развивать умения и навыки в усвоении и систематизации приобретаемых знаний, обеспечивает высокий уровень успеваемости в период обучения, способствует формированию навыков совершенствования профессионального мастерства.

Самостоятельная работа обучающихся во внеаудиторное время включает в себя подготовку к аудиторным занятиям, а также изучение отдельных тем, расширяющих и

углубляющих представления обучающихся по разделам изучаемой дисциплины. Такая работа может предполагать проработку теоретического материала, работу с научной литературой, выполнение практических заданий, подготовку ко всем видам контрольных испытаний, выполнение творческих работ.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине представлено в рабочей программе и включает в себя:

- рекомендуемую основную и дополнительную литературу;
- информационно-справочные и образовательные ресурсы Интернета;
- оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине.

Конкретные рекомендации по планированию и проведению самостоятельной работы по дисциплине «Спортивное ориентирование и туризм» представлены в методических указаниях для обучающихся, а также в методических материалах фондов оценочных средств.

## **12. Фонд оценочных средств**

Фонд оценочных средств, включающий перечень компетенций с указанием этапов их формирования, описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания, типовые контрольные задания и методические материалы является приложением к программе учебной дисциплины.