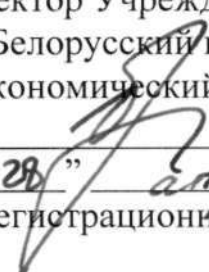
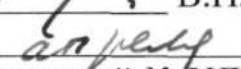


Учреждение образования “Белорусский государственный экономический университет”

УТВЕРЖДАЮ

Ректор Учреждения образования
“Белорусский государственный
экономический университет”

 В.Н.Шимов

“ 28 ”  2010 г.

Регистрационный № УД 466-10 /баз.

ОРГАНИЗАЦИЯ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА

Учебная программа для специальности

1-25 01 13 “Экономика и управление туристской индустрией”

Составители: Кулинкович Евгений Константинович доцент кафедры физической культуры и спорта Учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет», кандидат педагогических наук, доцент;

Федорович Виктор Николаевич старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта Учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет».

Рецензенты:

Ганapolьский В.И. заведующий лабораторией туризма НИИ физической культуры и спорта Республики Беларусь, доцент;

Горбылева З.М. зам. декана ВШТ Учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет», кандидат экономических наук, доцент.

Рекомендована к утверждению:

Кафедрой физической культуры и спорта Учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет»

(протокол № 6 от 15.01.2010 г.);

Научно-методическим советом Учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет»

(протокол № 4 от 21.04.2010).

Ответственный за выпуск: Кулинкович Е.К.

иметь навыки прохождения туристского маршрута, разбивки бивака, приготовления пищи в туристских условиях, организации туристско-прикладных соревнований и конкурсов.

ОСОТ является интегративное учебной дисциплиной и связана с такими дисциплинами как «Организация туризма», «Экономика туризма», «Социология туризма». Практическая подготовка к походу базируется на результатах занятий по физической культуре.

В соответствии с этим задачами определяется и содержание дисциплины, которая включает теоретические и практические занятия. Теоретические занятия направлены на формирование теоретических знаний в области организации, документального обеспечения, социально-педагогических особенностей различных форм спортивно-оздоровительного туризма (СОТ). Практические – должны дать основы технической подготовки, организации движения и питания тургрупп, разбивки бивака и других элементов технико-тактических действий туриста в условиях туристской деятельности.

Всего часов по дисциплине – 96, из них всего часов аудиторных – 50, в том числе 20 часов – лекции, 30 часов – семинарские занятия.

Рекомендуемая форма контроля – зачет.

Пояснительная записка

В современных условиях туризм является одним из наиболее процветающих секторов экономики, обеспечивающих высокие стабильные прибыли, рабочие места, развитие инфраструктуры, проведение природоохранных мероприятий и т.д. В структуре туристской деятельности важное место занимает активный туризм. Яркие впечатления, физические нагрузки, общение с природой и единомышленниками оказывают оздоровительный, воспитательный и образовательный эффект.

Однако физические нагрузки, воспитательное и образовательное воздействие необходимо дифференцировать в соответствии с уровнем подготовленности, возрастными и другими особенностями охватываемого контингента. Наиболее перспективным в этом плане представляется спортивно-оздоровительный туризм, который прост в организации, доступен практически для любых возрастных и социальных групп населения.

В Республике Беларусь спортивно-оздоровительная деятельность имеет богатый опыт и хорошие перспективы развития, обусловленные природными ресурсами. Но подготовка и проведение спортивно-оздоровительных туристских мероприятий требует определенных знаний и умений. Будущим экономистам в области активного туризма необходимо знать, как организовать туристские мероприятия с различным контингентом, различной целевой направленностью, обеспечить группы необходимым инвентарем и снаряжением и т.д.

В связи с этим **цель предмета** «Организация спортивно-оздоровительного туризма» - овладение студентами основами теории и практическими навыками организации спортивно-оздоровительного туризма, т.е. формами туристской деятельности, ориентированными на физическое и психическое оздоровление (рекреацию) различных групп населения за счет оптимальных двигательных нагрузок, закаляющих факторов и общения с природой.

Задачи предмета:

1. Ознакомить студентов с основными задачами и формами спортивно-оздоровительного туризма.
2. Дать основы методики организации спортивно-оздоровительного туризма и связанных с ним мероприятиями с различным контингентом.
3. Дать знания в области туристской подготовки и ее составляющих (физической, морально-волевой, технико-тактической и теоретической подготовки туриста).

В результате изучения дисциплины студенты должны:

знать формы туристских мероприятий, систему туристской подготовки, виды организационно-планирующей документации, мероприятия по обеспечению техники безопасности в походе;

уметь организовать туристское мероприятие с различным контингентом и с решением различных задач (ориентироваться по карте, разрабатывать организационную документацию; организовать размещение и питание участников мероприятия, технику безопасности и т.д.);

СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА

I. Организационно-методические основы спортивно-оздоровительного туризма (СОТ)

1.1. Вводная лекция «Содержание, задачи и организация предмета ОСОТ»

Содержание, цель, задачи и организация предмета «Основы спортивно-оздоровительного туризма» (ОСОТ). Предмет в структуре междисциплинарных связей и в системе подготовки специалистов в области экономики туризма.

1.2. ОСОТ в системе физвоспитания и организованного досуга

Физическая культура в туристской деятельности и системе организованного досуга. Оздоровительные, воспитательные, образовательные и спортивные задачи СОТ.

1.3. Формы спортивно-оздоровительного туризма

Формы СОТ. Плановый и самостоятельный туризм. Формы турпоходов и виды туризма (пешеходный, горный, лыжный, водный, велосипедный). Категории сложности. Некатегорийные формы туризма и организация досуга. Экстремальный туризм. Организация походов выходного дня. Турслеты и соревнования по технике туризма.

1.4. Подготовка туриста. Физическая, морально-волевая и психологическая подготовка

Понятие «Туристская подготовка». Теоретическая подготовка. Физическая подготовка и методические основы развития физических качеств (выносливость, сила, быстрота, ловкость, гибкость). Морально-волевая и психологическая подготовка.

1.5. Техника и тактика спортивно-оздоровительного туризма

Техника и тактика спортивно-оздоровительного туризма. Основы техники пешеходного, горного, лыжного, водного туризма. Индивидуальная и групповая тактика. Спортивное ориентирование. Этапы туристской подготовки.

1.6. Спортивно-туристические мероприятия. Организация и документальное обеспечение

Система спортивно-туристских мероприятий. Организация походов, слетов и соревнований. Виды соревнований и системы их проведения. Планирующая документация: положение о соревнованиях, смета, сценарий проведения. План организации спортивно-массового или туристского мероприятия.

ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование тем	Объем часов		
		Лек- ции	Прак тич.	Семи нар.
1.	Организационно-методические основы спортивно-оздоровительного туризма (СОТ)			
1.1.	Вводная лекция «Содержание, задачи и организация предмета ОСОТ»	2		
1.2.	ОСОТ в системе физвоспитания и организационного досуга	2		
1.3.	Формы спортивно-оздоровительного туризма	2		
1.4.	Подготовка туриста. Физическая, морально-волевая и психологическая подготовка	2		
1.5.	Техника и тактика спортивно-оздоровительного туризма	2		
1.6.	Спортивно-оздоровительные туристические мероприятия. Организация и документальное обеспечение	4		
1.7.	Возрастные особенности организации СОТ	2		
1.8.	Документальное обеспечение туристского мероприятия		8	
2.	Технико-тактические основы спортивно-оздоровительной туристической деятельности			
2.1.	Технико-тактические основы спортивно-оздоровительной туристической деятельности	4		
2.2.	Ознакомление туристов со снаряжением и правилами его использования		4	
2.3.	Ознакомление студентов с техникой безопасности в условиях туристского мероприятия. Страховка и самостраховка. Приемы оказания первой медицинской помощи при травмах		2	
2.4.	Топографическая подготовка. Разработка маршрута. Ориентация по карте и на местности		2	
2.5.	Участие в учебно-тренировочном туристском мероприятии		14	
	Итого:	20	30	

Ознакомление студентов с правилами техники безопасности в турпоходе, содержанием аптечки, приемам оказания первой медицинской помощи. Освоение приемов страховки, самостраховки, вязания узлов.

Медобеспечение и техника безопасности в походе. Комплектование походной аптечки. Оказание первой медицинской помощи. Техника преодоления естественных препятствий. Транспортировка пострадавшего. Гигиена туризма.

2.4. Топографическая подготовка. Разработка маршрута. Ориентация по карте и на местности

Топографическая подготовка. Выбор маршрута в соответствии состоящими задачами. Работа с компасом и картой. Азимут. Ориентирование по карте и на местности. Прохождение маршрута. Определение общего маршрута и дневных отрезков. Туристский бивак летом в зоне леса: типы палаток, оборудование костра. Бивак зимой: выбор места, защита от ветра, нагревательные приборы. Организация питания и технология приготовления пищи в походных условиях.

2.5. Участие в учебно-тренировочном туристском мероприятии

Двухдневный учебный поход.

1.7. Возрастные особенности организации СОР

Возрастные особенности организации СОР. Особенности организации СОР с детским, молодежным, возрастным и пожилым контингентом. Специфические требования к личности руководителя похода, организация бивака и питания с разным контингентом. Психолого-педагогические проблемы организации спортивно-туристических мероприятий.

1.8. Документальное обеспечение туристского мероприятия

Определение цели и задач туристского мероприятия согласно выбранному контингенту. Разработка программы, порядка определения победителя. Оформление документа. Определение основных статей расходов при проведении туристского мероприятия. Расчет необходимой суммы средств. Разработка организационных моментов открытия (закрытия) мероприятия согласно избранным задачам. Определение необходимого количества продуктов для организации полноценного питания участников туристского мероприятия в соответствии с заложенной в смету суммой, количеством участников и т.д.

II. Техничко-тактические основы спортивно-оздоровительной туристической деятельности

2.1. Техничко-тактические основы спортивно-оздоровительной туристической деятельности

Техника движений на маршруте, преодоление препятствий. Страховка и самостраховка. Тактика и тактическая подготовка туриста

2.2. Ознакомление туристов со снаряжением и правилами его использования

Подготовка туристской группы. Подбор участников похода по физической, технической подготовленности. Учет психологической совместимости в группе. Подбор снаряжения. Изучение индивидуального и коллективного бивачного снаряжения и экипировки. Правила их использования. Методика спортивно-туристской тренировки.

Экология туризма. Краеведческо-познавательное содержание туристского похода. Экологическое образование и воспитание средствами туризма. Природоохранные мероприятия. Региональные особенности туризма в РБ.

2.3. Ознакомление студентов с техникой безопасности в условиях туристского мероприятия. Страховка и самостраховка. Приемы оказания первой медицинской помощи при травмах

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ

Организационно-методические основы спортивно-оздоровительного туризма

1. Цели и задачи предмета ОСОТ.
2. Функции и особенности спортивно-оздоровительного туризма.
3. Активный туризм как форма физической культуры.
4. Система спортивно-туристских мероприятий.
5. Задачи и содержание турслетов.
6. Туристские соревнования. Формы и системы проведения соревнований.
7. Формы и особенности туристских походов.
8. Особенности туристских мероприятий в системе СОТ.
9. Понятие, этапы и содержание туристской подготовки.
10. Разделы и содержание теоретической подготовки туриста.
11. Содержание и организация физической подготовки туриста.
12. Морально-волевая и психологическая подготовка туриста.
13. Содержание технико-тактической подготовки туриста.
14. Система организации безопасности в походе. Медицинское обеспечение.
15. Особенности организации СОТ с детьми.
16. Особенности СОТ с молодежью и взрослыми туристами.
17. Особенности семейного туризма.

Документальное обеспечение туристского мероприятия. Техничко-тактическая подготовка туристов

1. Документальное обеспечение туристских походов.
2. Документальное обеспечение турслета.
3. Этапы организации туристского похода.
4. Физическое качество выносливость и методика ее развития.
5. Физическое качество сила и методика ее развития.
6. Физические качества быстрота и гибкость, методика их развития.
7. Физическое качество ловкость и методика ее развития.
8. Организация питания в походе.
9. Ориентация на местности и по карте Азимут. Прокладка маршрута.
10. Организация движения тургруппы. График движения.
11. Организация турслета.
12. Финансовые документы для организации туристского мероприятия.
13. Разделы «Положение о турслете».
14. Организация туристского бивака летом.
15. Разработка «Положения о туристских соревнованиях».
16. Сценарий и программа туристского мероприятия.
17. Организация соревнований по туристско-прикладному многоборью.

ЛИТЕРАТУРА

Основная:

1. Туризм и спортивное ориентирование: учеб. для институтов ФК; под ред. В.И. Ганапольского. - Москва: ФиС, 1987.
2. Куликович, Е.К. Организация спортивно-оздоровительного туризма/ Е.К. Куликович. – Минск: БГЭУ, 2002.

Дополнительная:

1. Алешин, В.М. Туристская топография/ В.М. Алешин, А.В. Серебряников. - Москва: Профиздат, 1985.
2. Куликович, Е.К. Спорт - твой друг/ Е.К. Куликович.- Минск: Высшая школа, 1990.
3. Ганапольский, В.И. Приглашение к путешествию/ В.И. Ганапольский. - Москва: ФиС, 1986.

Беларускі дзяржаўны эканамічны ўніверсітэт. Бібліятэка.
Белорусский государственный экономический университет. Библиотека.
Belarus State Economic University. Library.

<http://www.bseu.by>