

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ «БЕЛОРУССКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА»

Факультет физического воспитания
Кафедра спортивно-педагогических дисциплин
(рег. № 33-02-231-2019)

СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой

 В.Л.Алешкевич

14.11. 2019 г.



СОГЛАСОВАНО

Декан факультета

 А.Н.Касперович

14.11. 2019 г.

ЭЛЕКТРОННЫЙ
УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
«ТУРИЗМ»
для специальности 1-03 02 01 Физическая культура

Авторы: Е.А. Азарова, старший преподаватель кафедры спортивно-педагогических дисциплин учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»;
П.В. Медведев, преподаватель кафедры спортивно-педагогических дисциплин учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

Рассмотрено и утверждено на заседании Совета БГПУ
«23» 12 2019 г. протокол № 4

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ	6
1.1 Содержание лекционного материала	6
1.1.1 Лекция 1	6
1.1.2 Лекция 2	21
1.1.3 Лекция 3	34
1.1.4 Лекция 4	41
1.1.5 Лекция 5	49
2 ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ	60
2.1 Содержание учебного материала к практическим занятиям	60
2.1.1 Практические занятия	60
2.2 Содержание учебного материала к семинарским занятиям	64
2.2.1 Семинарские занятия 1	64
2.2.2 Семинарские занятия 2	71
2.3 Содержание учебного материала по управляемой самостоятельной работе студентов	81
2.3.1 УСРС 1	81
2.3.2 УСРС 2	82
2.3.3 УСРС 3	83
2.3.4 УСРС 4	85
3 РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ	87
3.1 Перечень заданий для текущего контроля знаний	87
3.2 Зачетные требования	87
3.3 Критерии оценки результатов учебной деятельности, обучающихся в учреждениях высшего образования по десятибалльной шкале	90
4 ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	95
4.1 Список литературы	95

4.2	Программная документация	96
4.3	Глоссарий	151
4.4	Методические рекомендации по организации и выполнению самостоятельной работы студентов	154
4.4.1	Требования к выполнению самостоятельной работы студентов.....	155

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная дисциплина «Туризм» занимает важное место в системе физкультурно-педагогического образования, поскольку является дисциплиной, которая формирует общий научно-теоретический и практический уровень будущих специалистов. Изучение материала данного курса должно содействовать развитию профессиональной эрудиции и творческого мышления студентов. Вопросы, рассмотренные в процессе изучения дисциплины, позволяют студентам углубить и конкретизировать знания, умения и навыки, необходимые преподавателю физической культуры для самостоятельной работы в различных образовательных и физкультурных учреждениях, использовании их в физкультурно-рекреационных и спортивных целях, а также для успешной профессиональной деятельности в школе.

Используя представленные в ЭУМК разработки, занимаясь на практических занятиях, студенты могут получить целостное представление о туризме, как о средстве физического воспитания, освоить умения и навыки по туристской технике и спортивному ориентированию, организацию и проведение различных форм занятий по туристско-прикладной подготовке, включая соревнования, праздники, туристские слеты и т.п. Контролируя и оценивая освоенные знания, умения и навыки, преподаватель демонстрирует студенту степень сформированной профессиональной компетентности студента в овладении туристскими навыками.

В этом контексте электронный учебно-методический комплекс (ЭУМК) «Туризм» (авторы-составители: старший преподаватель кафедры спортивно-педагогических дисциплин Е.А. Азарова, преподаватель кафедры спортивно-педагогических дисциплин П.В. Медведев) актуален для организации обучения дисциплине «Туризм», являющейся дисциплиной государственного образовательного компонента согласно учебным планам Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка.

Представленный ЭУМК разработан в соответствии с требованиями, предъявляемыми к составлению и утверждению учебно-методических комплексов.

Структурно ЭУМК состоит из четырех взаимосвязанных блоков.

Теоретический раздел содержит материал для теоретического изучения учебной дисциплины в объеме, установленном типовым учебным планом. Он представляет собой краткий курс лекций, содержание которого включает все основные темы и вопросы, необходимые для формирования у студентов профессиональных компетенций в соответствии с образовательным стандартом по специальности. Содержание учебного материала в разделе структурировано в соответствии с количеством лекций (14).

Практический раздел содержит материал для проведения практических, семинарских и иных учебных занятий в соответствии с

тематическим планом (с указанием тем, а также времени на их изучение по видам аудиторных занятий).

Раздел контроля знаний содержит вопросы для текущей и итоговой аттестации, позволяющие определить соответствие результатов учебной деятельности студентов требованиям образовательных стандартов.

Вспомогательный раздел ЭУМК содержит учебно-программную документацию и перечень учебных изданий, рекомендуемых для изучения учебной дисциплины «Туризм».

1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1.1 Содержание лекционного материала

Теоретический раздел включает материал 7 лекций, где в сжатой форме изложены вопросы учебной дисциплины «Туризм».

1.1.1 Лекция 1

Основные понятия сферы туризма. Классификация туризма. Содержание и формы спортивно-оздоровительной туристской деятельности в Республике Беларусь.

Определение понятий «путешествие» и «туризм». Цели и содержание туристских путешествий

Туризм, как вид деятельности человека весьма разнообразен и имеет двойственную природу. С одной стороны, это особая разновидность массовых путешествий людей, осуществляемых с четко определенными (туристскими) целями (деятельность самих туристов). С другой стороны, это деятельность по организации и проведению таких путешествий, которая обычно осуществляется предприятиями туристской индустрии, образовательными учреждениями. Предмет позволяет ответить на следующие важные для Вашего специального образования вопросы. Какова сущность туристских походов и соревнований, как туристских мероприятий спортивно-оздоровительной направленности (каковы их цели, формы, содержание)? Как правильно подготовить данные туристские мероприятия? Как эффективно провести данные мероприятия с необходимым уровнем безопасности для их участников? Прежде всего, определим основополагающие для изучения данного предмета категории.

Что означает понятие «путешествие»? Термин «туризм» происходит от французского слова *tour* – прогулка, поездка, путешествие. Но при этом понятия «путешествие» и «туризм» не равнозначны по смыслу. Определим понятие «путешествие», как *перемещение людей, по какой-либо территории, акватории с научными, общеобразовательными, рекреационными, спортивными, деловыми и иными целями, связанное с постоянным или временным изменением места жительства*. Человека, совершающего путешествие, независимо от целей, направлений, средств передвижения и сроков путешествия, определим, как *путешественника*. Тогда в соответствии с целями, направлениями, средствами передвижения и иными характеристиками путешествия, путешественника можно именовать мореплавателем, космонавтом, бизнесменом, натуралистом и т.д. В свою очередь туризм (как вид деятельности) обычно подразумевает определенное путешествие (туристов), но далеко не всякое путешествие относится к туризму.

Какие путешествия относятся к туристской деятельности? Исследователи туристской деятельности, составители статистических

отчетов выделяют ряд четко выраженных признаков, по которым туристское путешествие можно отделить от иных (не туристских) путешествий (Кусков и др., 2005).

- Туризм предполагает временное перемещение туристов из обычной среды проживания в район посещения и неременное возвращение обратно.
- Район посещения (рекреационный район) это обязательно другая местность в пределах одной страны или другая страна, отличная от места постоянного проживания туриста.
- Туристское путешествие имеет определенные, отличающиеся сугубо гуманитарным содержанием и направленностью цели.
- Туристские путешествия обычно совершаются в свободное от учебы и работы время.
- Туристы в районе временного пребывания не занимаются деятельностью, оплачиваемой из местного финансового источника.

Таким образом, в отличие от путешествий вообще, туризм предполагает обязательное, но *временное перемещение* с места своего постоянного проживания в иную местность в пределах своей страны или в иную страну в целях туризма (на срок не более 12 месяцев согласно решению статистической комиссии ООН, принятому в 1993г). Перемещения людей в пределах местности постоянного проживания, например, ежедневные поездки на работу, прогулки с целью отдыха в выходной день не могут быть отнесены к туризму.

За редким исключением, туристские путешествия осуществляются в достаточно *короткие промежутки времени* (от 24 часов до месяца), в свободное от работы время (путешествия в отпускное время и в выходные дни) или во время учебы (например, учебно-туристские походы). Туристы (в отличие от иных категорий граждан) в месте осуществления туристского мероприятия не занимаются трудовой деятельностью, оплачиваемой из местных источников финансирования.

Важнейшим признаком, который позволяет четко выделить *виды путешествий*, относящиеся к туризму, является *цель путешествия*.

Какие цели преследуют люди, отправляющиеся в туристское путешествие? С точки зрения теории туризма и рекомендаций международных туристских организаций (например, Всемирной Туристской Организации (ВТО)) можно сформулировать ряд общих целей, которые отличают туристские путешествия, от иных видов путешествий.

- Цели *рекреации*: отдыха (развлечения), оздоровления (расширенного восстановления и развития физических, интеллектуальных возможностей, эмоциональной сферы человека),
- Цели *лечения и реабилитации*.

- Цели *познания* (получение новых для себя знаний о природе, обществе, истории и настоящем человечества, культуре других стран и народов).
- *Спортивные* цели (подготовка и участие в соревнованиях на профессиональном и любительском уровнях, путешествия болельщиков).
- *Профессионально-деловые* цели (бизнес-поездки, участие в конгрессах, научных конференциях и пр.).
- *Религиозные* цели (паломнические, культовые).
- *Гостевые и ностальгические* (посещения родственников, мест исторического проживания).

Главными (с точки зрения туристской статистики) целями туристских путешествий являются цели отдыха (развлечения) а так же познавательные цели. Вторыми по значимости являются цели оздоровительные и лечебные, далее следуют профессионально-деловые, гостевые и пр.

Следовательно, туризм – это относительно непродолжительные путешествия (мероприятия), осуществляемые людьми в основном в свободное от работы время с указанными выше *целями туризма*.

Как определить понятия «туризм» и «турист»? Туризм – понятие далеко не однозначное и имеет множество определений. Разнообразие определений связано с указанной ранее двойственностью внутренней природы туризма.

В 1993 г. Статистическая комиссия ООН приняла определение, одобренное ВТО и широко используемое в международной практике. В соответствии с ним *туризм охватывает деятельность лиц, которые путешествуют и осуществляют пребывание в местах, находящихся за пределами их обычной среды, в течение периода, не превышающего одного года подряд, с целью отдыха, деловыми и прочими целями*.

С учетом предмета изучения из множества предложенных в литературе определений туризма, наиболее приемлемым, отвечающим направленности данного курса, является определение, данное В.И. Ганопольским [2002]: *«Туризм – это путешествие с познавательными, рекреационными или спортивными целями»*. Соответственно *турист – человек, занимающийся туризмом либо в свободное от основных занятий время, либо в процессе учебы и профессиональной деятельности*. В этом определении кратко и четко выражено содержание туристской деятельности (путешествия) и ее важнейшие цели (познавательные, рекреационные и спортивные).

Какой смысл мы вкладываем в определение «рекреационный туризм»? В представленном выше определении туризма важнейшей целью туристской деятельности обозначена цель рекреации. Термином «рекреация» (он происходит от латинского слова *recreatio* (восстановление)) обозначают обычно *расширенное воспроизводство сил человека* (физических, интеллектуальных и эмоциональных) затраченных в процессе производственной, учебной и иной повседневной деятельности. При этом

высшей потребностью, которая должна удовлетворяться в первую очередь, является развитие духовного мира человека, его творческих способностей. Примерами рекреационной деятельности являются следующие ее виды:

- деятельность, связанная с определенной физической нагрузкой (занятия физической культурой, прогулки, туризм и альпинизм);
- любительские занятия – охота, рыбная ловля, сбор грибов и ягод и др.;
- приобщение к миру искусства, а также творчество в сфере искусства;
- интеллектуальная деятельность (чтение, самообразование);
- общение по интересу и свободному выбору;
- развлечения, носящие либо активный, либо пассивный характер (игры, танцы, зрелища);
- путешествия и экскурсии ради удовольствия.

При таком широком понимании термина «рекреация» фактически все виды туристских путешествий можно рассматривать как рекреационные, а любая туристская деятельность является одновременно и рекреационной деятельностью (туризм – разновидность рекреации).

Почему же мы используем понятие «рекреационный туризм»? Будем применять этот термин для того, чтобы отделить туризм, направленный на восстановление физической работоспособности после ее значительного и длительного снижения от туризма, направленного на достижение спортивного результата (где в процессе путешествия работоспособность может не восстанавливаться, а, напротив, временно снижаться), а также от познавательного, делового туризма и пр. В этом случае, рекреацию определяют, как *совокупность явлений и процессов, связанных с восстановлением сил в процессе отдыха и лечения*», а цель рекреационного туризма можно сформулировать как *полноценный отдых, лечение (реабилитация) и оздоровление человека средствами туризма*.

Какой смысл мы вкладываем в понятие «спортивный туризм»? С точки зрения международных рекомендаций по ведению статистики в туризме к спортивному туризму (как виду туризма) относится широкий круг мероприятий: поездки спортсменов и сопровождающего их персонала для подготовки и участия в любых профессиональных и любительских соревнованиях, поездки зрителей на спортивные мероприятия, собственно спортивные туристские походы.

В данном курсе, в отличие от принятой трактовки, мы придерживаемся той точки зрения, что к спортивному туризму следует относить исключительно мероприятия, *самим содержанием которых* являются спортивные туристские путешествия и соревнования, и где сами туристы являются участниками этих путешествий и соревнований.

При принятом нами подходе к классификации туризма (он обоснован в работах В.И. Ганопольского) содержанием спортивно-туристской деятельности является деятельность по организации и проведению *спортивных* туристских походов и соревнований.

Туристская деятельность как система. Классификация туристской деятельности.

Как можно представить систему (элементы и структуру) туристской деятельности? Обоснованное выше и принятое нами определение туризма как путешествий с рекреационными, познавательными и спортивными целями хоть и не отражает, по-видимому, все стороны туристской деятельности, адекватно характеризует изучаемые нами виды туризма. С точки зрения обоснования предмета нашего изучения, всю систему туристской деятельности можно представить, как взаимодействие трех подсистем: *экскурсионно-познавательного, рекреационно-оздоровительного и спортивного туризма* (по В.И. Ганопольскому, 2002) (рисунок).

К туристским мероприятиям, в рамках подсистем экскурсионно-познавательного, рекреационного и спортивного туризма, следует относить те мероприятия, где соответствующие цели являются доминирующими. Так экскурсионные поездки, основная цель которых познание «нового» для себя, самообразование отнесем к подсистеме экскурсионно-познавательного туризма. Походы по классифицированным маршрутам, спортивные туристские соревнования, сопровождающиеся преодолением естественных и искусственных препятствий, отнесем к подсистеме спортивного туризма. Поездки с целью санаторно-курортного отдыха, развлечения, оздоровительные походы – к подсистеме рекреационно-оздоровительного туризма.

Выделенные три целевых подсистемы туризма очевидно тесно взаимосвязаны друг с другом. Редко то или иное туристское мероприятие является «в чистом виде» оздоровительным, спортивным или познавательным. Например, в случае поездки на горнолыжный курорт основная цель (рекреация) достигается средствами горнолыжного спорта; у туристов при этом явно выражен мотив совершенствования в технике катания на горных лыжах. В таком случае мы вправе данные туристские мероприятия отнести к *рекреационно-спортивным* мероприятиям. Экологические экскурсионные поездки или экологические походы (организованные с целью ознакомления туристов с характерными экосистемами, ландшафтным разнообразием региона) несмотря на познавательную направленность, естественно преследуют и цель отдыха туристов. Такое мероприятие мы относим, соответственно, к *рекреационно-познавательному* туризму. Поход по классифицированному маршруту с доминирующими спортивными целями, может сочетаться с познанием истории и культуры коренного населения, природных особенностей района похода. Следовательно, такой пример туристского мероприятия мы можем отнести к *спортивно-познавательному* туризму.

Таким образом, можно констатировать то, что целый ряд туристских мероприятий *сознательно* преследует две (несколько) сравнимых для туристов по важности целей. Такое «переплетение» функций конкретного

туристского мероприятия отражено в представленной структурно-функциональной модели туристской деятельности, в виде зон перекрытия подсистем туристской деятельности. На модели взаимодействие подсистем туристской деятельности (сознательное сочетание целей туризма), приводит к образованию трех взаимных подсистем – рекреационно-познавательного, спортивно-познавательного и рекреационно-спортивного туризма.

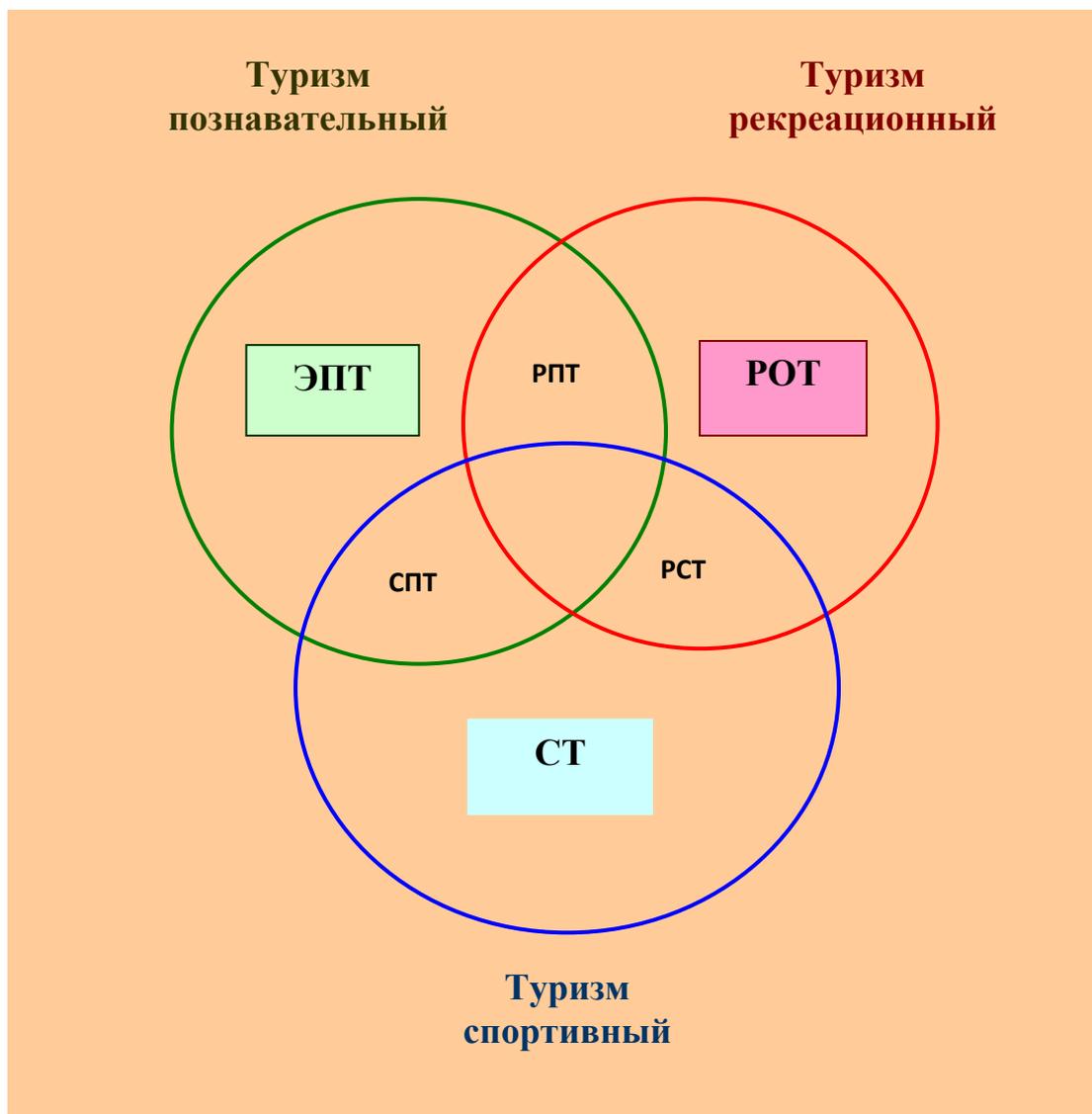


Рисунок – Структурно-функциональная модель туристской деятельности (по В.И. Ганопольскому, 2002).

Использованные на рисунке обозначения:
ЭПТ – экскурсионно-познавательный туризм;
РОТ – рекреационно-оздоровительный туризм;
СТ – спортивный туризм;
РПТ – рекреационно-познавательный туризм;
СПТ – спортивно-познавательный туризм;
РСТ – рекреационно-спортивный туризм.

Какой подход принят для классификации туристской деятельности? Классификации туризма весьма разнообразны и в специальной литературе активно используются, скажем, такие определения, как *плановый* и *самодеятельный* туризм, *спортивный*, *оздоровительный*, *реабилитационный* туризм, *въездной* и *выездной* туризм, *активный* и *пассивный* туризм и т.д. Причем с каждым указанным термином должна ассоциироваться совершенно определенная туристская деятельность и ее смысл. Разделение туристской деятельности на указанные выше системные единицы (таксоны) основано на определенных существенных признаках мероприятий, называемых основаниями для классификации.

Например, деление мероприятий на «активные» и «пассивные» осуществляют на основании уровня физической активности их участников. Деление мероприятий на «плановые» (организованные) или «самодеятельные» подразумевает разную форму их организации и финансирования. Таким образом, *классификация туризма – это выделение внутренне однородных таксонов туристской деятельности по принятым основаниям. Вид туризма – результат классификации туризма (выделенная область) на основании цели проведения туристских мероприятий.*

Ряд общепринятых оснований классификации и соответствующие им категории туризма представлены в таблице.

Таблица – Классификация туристской деятельности по единым основаниям (по Зорину, Квартальнову, 2003 с изменениями).

Классификационное основание	Категория туристской деятельности (выделяемый таксон туризма)
Цель деятельности	Познавательный туризм, рекреационный туризм, спортивный туризм
Субъект деятельности	Индивидуальный туризм, групповой туризм, семейный туризм
Возраст участников	Детский туризм, молодежный туризм, туризм экономически-активных людей молодого и среднего возрастов, туризм третьего возраста (пенсионеров)
Регион отдыха	Туризм в пределах страны; зарубежный туризм
Направление туристских потоков	Туризм въездной и выездной
Основные ресурсы	Горный туризм, морской туризм, туризм в пустыне и пр.
Средство передвижения	Автомобильный, конный, велосипедный, пешеходный и пр.
Социальный состав участников	Школьный туризм, студенческий туризм, корпоративный туризм и пр.
Способ организации и финансирования	Туризм самодеятельный, туризм социальный, туризм коммерческий

Какие виды туризма выделяют в международной практике? Видовым, системообразующим основанием для классификации туризма,

служит целью данной деятельности. Именно, *исходя из главных целей туризма*, систему туристской деятельности, разделяют на три подсистемы (три рода туризма): *туризм познавательный, туризм рекреационный и туризм спортивный*. При необходимости данные подсистемы туризма можно разделять и далее, в соответствии с более узкими целями, внутренним содержанием тех или иных туристских мероприятий (можно выделять виды туризма).

Различают следующие основные виды туризма:

- рекреационный (туризм с целью отдыха, оздоровления, физического или психологического восстановления организма);
- лечебно-оздоровительный;
- познавательный (туризм с целью изучения культуры);
- деловой;
- спортивный;
- этнический;
- религиозный;
- образовательный и ряд иных.

Какие дополнительные основания (кроме цели туристского мероприятия) используются для построения системы туристской деятельности? Кроме главных целей деятельности, в туризме используются иные, перечисленные выше, основания для классификации. Классификация туризма, основанная на не целевых основаниях – это систематизация по «внешним» признакам деятельности и такие основания не являются родовыми (системообразующими). По ним происходит выделение *типов, категорий, форм* туризма.

Однако и такая классификация может быть весьма полезной, в зависимости от того, кто и для чего её использует. Например, для туроператора (туристская организация), при определении своего поля деятельности на рынке туристских услуг, равноценное значение может как цель (содержание) потенциальных туристских мероприятий, так и регион их осуществления, вид используемого транспорта, возраст участников и т.д.

Какие типы и категории туризма выделяют в соответствии с рекомендациями ВТО? На основании *национальной принадлежности туристов и географического места проведения туристских мероприятий* выделяют три типа туризма:

- въездной,
- выездной,
- внутренний.

Внутренний туризм – временный выезд граждан конкретной страны с постоянного места жительства в пределах национальных границ той же страны для отдыха, удовлетворения познавательных интересов, занятий спортом и в других туристских целях (Квартальнов).

Внутренний туризм предполагает, что местом осуществления туристской деятельности является Республика Беларусь. При этом сами

туристские мероприятия преследуют разные цели и имеют разное содержание. Например, как соревнования по туристско-прикладному многоборью, так и экскурсионную поездку белорусских туристов по маршруту Минск – Мирский замок – Несвиж с полным правом можно отнести к внутреннему туризму. Соответственно все путешествия белорусских туристов вне пределов нашей страны (спортивный поход по Уралу, рекреационная поездка на горнолыжный курорт в Австрийские Альпы и пр.) отнесем к выездному международному туризму.

Указанные, типы туризма по-разному сочетаются между собой, образуя следующие категории туризма:

- туризм в пределах страны, который включает внутренний и въездной туризм;
- национальный туризм, который включает внутренний и выездной туризм;
- международный туризм, который включает въездной и выездной туризм.

Какие формы туризма принято выделять в практике туризма? На основании формы организации туристских мероприятий туризм подразделяют на *туризм самостоятельный* (не организованный, индивидуальный) и *плановый* (организованный, паушальный). Спортивный туризм является в основном самостоятельным: походы организуются и финансируются самими его участниками. В то же время походы, организуемые, например, детским городским туристско-экологическим центром, организациями туроператорами и тур агентами относятся к организованному туризму. **Плановый туризм** – любые виды туризма, разрабатываемые и реализуемые организаторами туризма - туроператорами. Плановый туризм регулируется государством с помощью законодательных и нормативных актов. Он составляет основу индустрии массового туризма.

По источникам финансирования туризм можно подразделить на типы: *коммерческий* и *социальный*. Коммерческий туризм ориентирован на получение туристскими предприятиями прибыли, является основным источником для развития производства услуг. **Социальный туризм** – разновидность туризма, субсидируемая из средств, выделяемых на социальные нужды. Социальная поддержка осуществляется в целях создания условий для путешествий школьникам, молодежи, пенсионерам, инвалидам, ветеранам войны и труда и иным гражданам, которым государство, государственные и негосударственные фонды и иные благотворительные организации оказывают социальную поддержку как наименее обеспеченной части населения при использовании их права на отдых.

На основании *социально-демографического состава участников туристской деятельности*, туризм можно подразделить на туризм *детско-юношеский, молодежный, школьный, студенческий* и пр.

Наконец, на основании *уровня двигательной активности* участников в процессе проведения туристских мероприятий, туризм можно подразделить на туризм *активный и пассивный*.

Еще раз подчеркнем, что классификация туристской деятельности на основании целей, функций туризма – первична и имеет определяющее значение. Все подходы к классификации туризма на иных основаниях – вторичны и имеют уточняющее, подчиненное значение.

Содержание, виды и формы рекреационного туризма.

Какие виды характерны для рекреационной туристской деятельности? Наиболее значимыми классификационными основаниями для выделения и описания видов и форм рекреационного туризма с точки зрения предмета изучения являются: цель туристского мероприятия и уровень физической активности участников мероприятия. Классификация рекреационного туризма (как «рода» туризма) на основании цели позволяет создать систему видов рекреационной туристской деятельности, отражающую разнообразие сущностей, функций конкретных туристских мероприятий. Классификация, основанная на уровне физической активности участников, позволит выделить мероприятия с максимальной оздоравливающей эффективностью и четко ограничить рамки материала для изучения.

Исходя из конкретных целей, задач рекреационных туристских мероприятий выделим в подсистеме рекреационного туризма **четыре вида рекреационной туристской деятельности**: *рекреационно-развлекательный (релаксационный) туризм, рекреационно-оздоровительный туризм, рекреационно-познавательный и рекреационно-спортивный туризм* (рисунок).

Мероприятия рекреационно-развлекательного туризма преследуют цель отдыха и развлечения участников. Пример (одна из форм) такого мероприятия – поездка на морской курорт с целью пляжно-купального отдыха.

В случае рекреационно-оздоровительного туризма в программе туристских мероприятий предусмотрено *целенаправленное* использование определенных оздоровительных технологий. Акцент при планировании такого тура делается на полноценный отдых и укрепление здоровья туристов. Для *оздоровительного* туризма (форма – оздоровительный поход выходного дня) характерны технологии, позволяющие сохранить и даже улучшить состояние здоровья участников. К таким технологиям, прежде всего, относится дозированная физическая нагрузка в природной среде, процедуры закаливания, банные процедуры, употребление целебных травяных чаев и пр.

Рекреационно-познавательный туризм – это туристские мероприятия с двумя доминирующими целями: отдых и приобретение новых (для себя) знаний. Следовательно, в этом таксоне рекреационного туризма «лежат» любые рекреационные туристские путешествия, где кроме программы отдыха планируется, и некая познавательная (экскурсионная) программа.

Например, участники такого мероприятия с активными способами передвижения как экологический поход, имеют как явный познавательный мотив, так и мотив оздоровления путем вследствие применения дозированной физической нагрузки.

К *рекреационно-спортивному* туризму отнесем все рекреационные туристские мероприятия, где для полноценного отдыха и оздоровления участников активно используются технологии различных видов спорта (горнолыжного, подводного плавания, бега, лыжных гонок и пр.). В таких мероприятиях, кроме мотива полноценного отдыха, у участников явно прослеживается мотив личного спортивного совершенствования (желание улучшить технику катания на лыжах, технику ориентирования на местности, технику сплава на плотках и байдарках и т.д.), присутствует спортивный азарт.

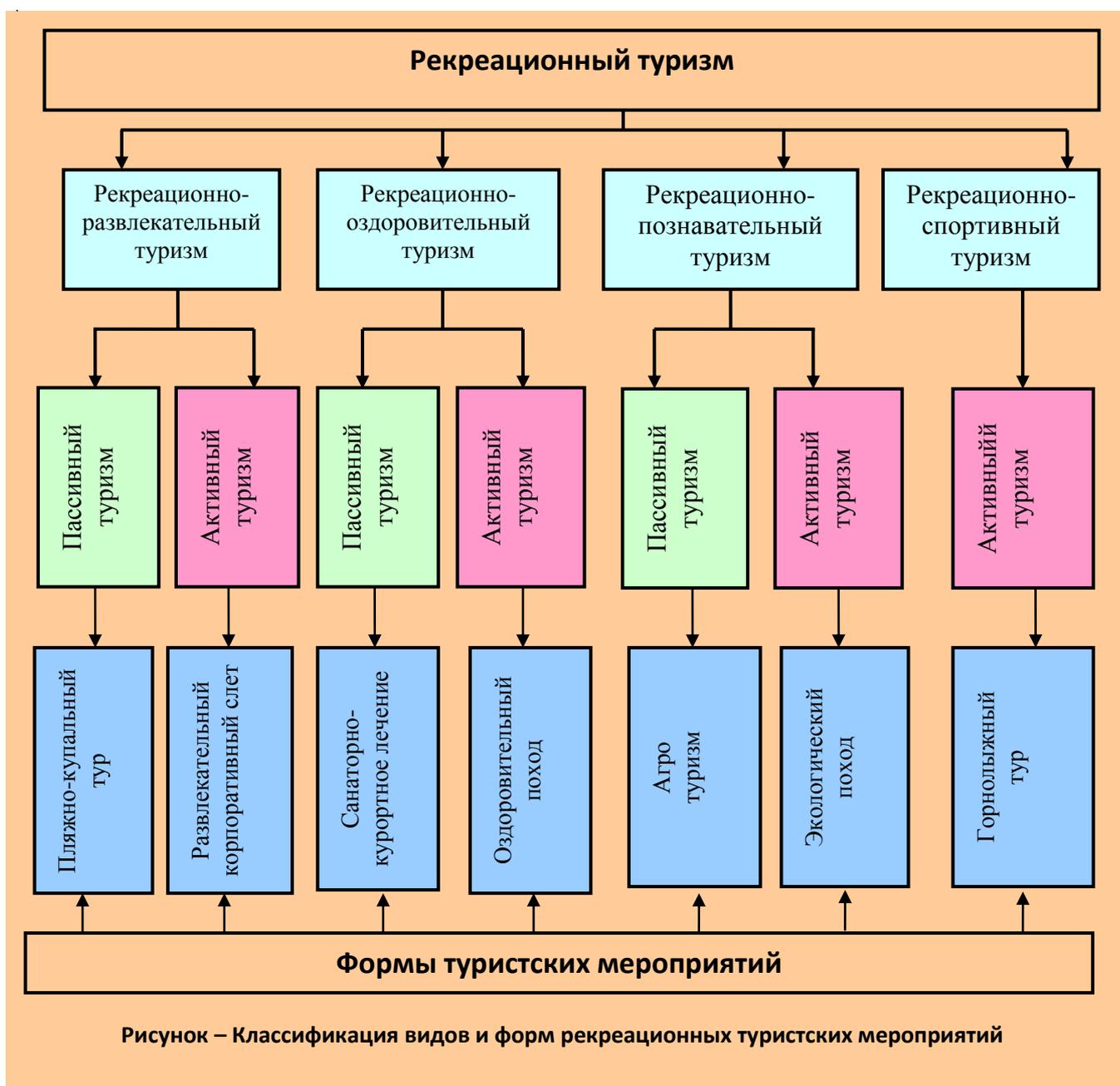


Рисунок – Классификация видов и форм рекреационных туристских мероприятий

Какие формы рекреационной туристской деятельности выделяют с точки зрения уровня физической активности участников? Кроме классификации, основанной на цели туристских мероприятий («внутренние характеристики»), специалистам в области физической культуры, весьма важна и классификация туристской деятельности с точки зрения *уровня двигательной активности ее участников* (вспомогательная классификация, основанная на «внешних» признаках мероприятия). В туристской деятельности, можно с определенным допущением, выделить «активные» и «пассивные» формы туристских мероприятий.

Формами пассивного отдыха являются, упомянутые выше путешествия с исключительно пляжно-купальным содержанием, где уровень двигательной активности минимален, а оздоровление происходит за счет рекреационных ресурсов, условий пребывания в месте отдыха и психологической разрядки (смена рабочей обстановки на «рай под пальмами»). Относительно «пассивной» формой рекреационно-познавательного туризма является, так называемый, сельский туризм (агротуризм) – жизнь и отдых в деревенской усадьбе с питанием экологически чистыми продуктами.

Активные формы туризма, обеспечивают дозированную по объему и интенсивности физическую нагрузку для участников туристских мероприятий, что является важнейшим фактором их полноценного отдыха и оздоровления. Примером активных форм рекреационно-развлекательных туристских мероприятий является лидер по популярности и престижу в туристско-развлекательном бизнесе – особая форма корпоративного отдыха «team building» (тренинг по командообразованию) и его особенно близкая к технике туризма форма – веревочные курсы.

Несомненно, активной формой рекреационно-оздоровительного туризма является оздоровительный поход выходного дня. В данном случае технология отдыха и укрепления здоровья основана на самом путешествии по району, обладающему рекреационными ресурсами (лес, чистый воздух и водоемы, пейзажное разнообразие), с использованием нормированных оздоровительных физических нагрузок.

Ярким примером активных форм рекреационно-познавательного туризма являются экологические туристские походы по «диким» чистым территориям, с максимально бережным отношением к данным территориям, с познавательными экскурсиями по экологической тропе. И, наконец, отметим, что все рекреационно-спортивные туристские мероприятия, где с целью отдыха и оздоровления используются технологии видов спорта, относятся исключительно к «активному» туризму. Характерными примерами такого вида туризма являются поездки для занятия подводным плаванием и наблюдением за обитателями морских глубин, красотой коралловых рифов; отдых на горнолыжном курорте.

Какие отличительные признаки присущи активным формам рекреационных туристских мероприятий? Для того, чтобы добиться

желаемого результата (рекреации) мероприятия активного отдыха должны характеризоваться рядом обязательных признаков (условий), а именно:

- при осуществлении мероприятия используются средства активного туризма (прогулка, поход, соревнование);
- при осуществлении мероприятия используются технологии видов спорта (горнолыжного, водного слалома, подводного плавания, конного спорта, игровых видов спорта и т.д.);
- мероприятия, тем самым, *основаны* на использовании двигательной активности участников или их двигательная активность составляет *существенную часть* программы;
- мероприятия, за редким исключением, включают культурно-познавательные аспекты и содержат интеллектуальные и эмоциональные компоненты;
- носят преимущественно развлекательный (гедонистический) характер;
- осуществляются в природных условиях;
- имеют определенную научно-методическую базу (по Рыжкину, 2001 с дополнениями).

Виды спорта, составляющие систему спортивного туризма Республики Беларусь: их содержание, характер взаимосвязи с другими видами спорта.

Какие виды спорта включает в себя подсистема спортивного туризма? При рассмотрении спортивного туризма целесообразнее вести речь не о видах туризма, а о туристских видах спорта т.к. сам характер этой деятельности – соревновательный. Спортивный туризм в Республике Беларусь включает в себя два самостоятельных вида спорта, внесенных в Единую спортивную классификацию: *туризм спортивный и туристско-прикладные многоборья* (Рисунок) Каждый из них имеет свои правила соревнований и разрядные требования.

Основное содержание вида спорта «туризм спортивный» – совершение спортсменами походов по маршрутам разных категорий сложности. Доминирующий мотив участников таких походов – спортивное самоутверждение; желание преодолеть протяженный маршрут похода (до 300 км) с набором сложных и объективно опасных естественных препятствий в разных климатогеографических и погодных условиях и, соответственно, рост спортивного мастерства.

Содержание туристско-прикладных многоборий (ТПМ) – преодоление относительно не протяженных дистанций на местности (до 10-12 км), содержащих установленный набор технических этапов (естественных и искусственных препятствий), предполагающих применение спортсменами разнообразной туристской техники и тактики. Доминирующей целью участия в таких соревнованиях является победа над соперником, совершенствование владения техникой и тактикой туризма, рост спортивной квалификации. Оба указанных вида спорта тесно взаимосвязаны: дистанции соревнований в туристско-прикладных многоборьях являются моделью маршрутов

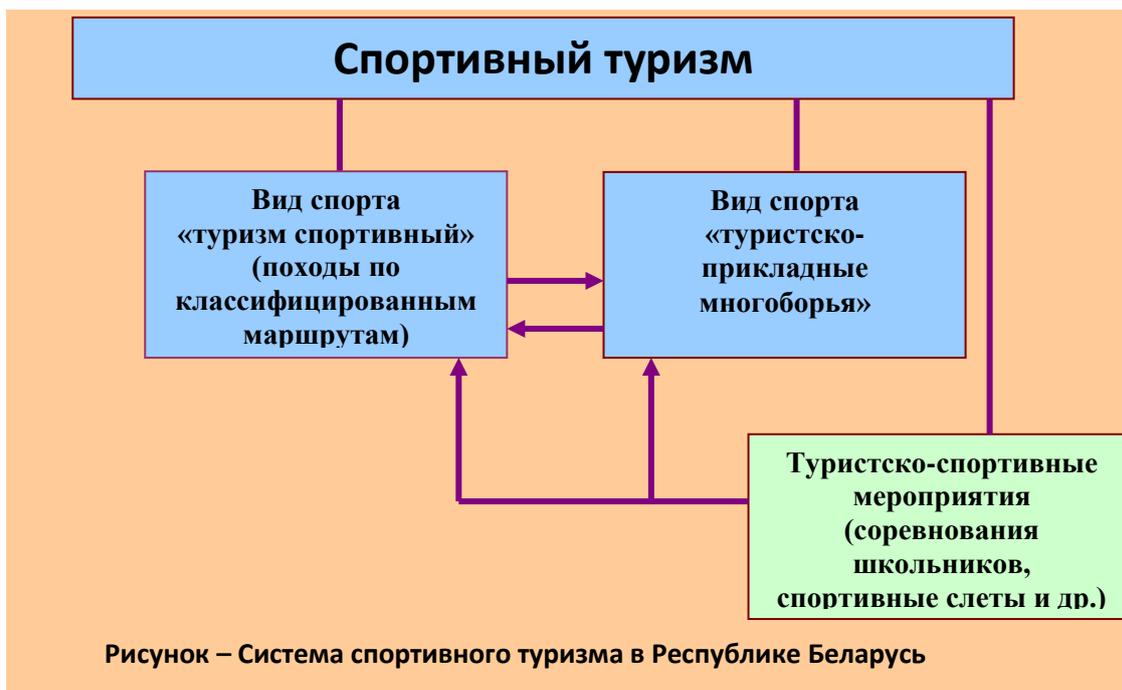
спортивных походов с соответствующим набором естественных препятствий; умения и навыки во владении туристской техникой и тактикой, приобретенные спортсменами, занимающимися ТПМ, востребованы при преодолении реальных маршрутов походов. И наоборот, опыт участия в спортивных походах может способствовать росту мастерства в туристских многоборьях.

Какие еще мероприятия и соревнования следует отнести к спортивному туризму? К подсистеме спортивного туризма можно, видимо, отнести и иные туристские мероприятия очевидной спортивной направленности, не относящиеся к видам спорта. Сюда относятся, например, школьные соревнования туристов, туристские слеты с очевидным спортивным уклоном (в отличие от развлекательных корпоративных слетов). Данные соревнования часто имеют целью приобщение молодежи к занятию активным туризмом и входят в программу начальной туристской подготовки. Тем самым они зачастую являются своеобразным «трамплином», способствующим вовлечению молодежи в спортивно-туристскую деятельность.

Кроме того, к спортивным туристским мероприятиям можно отнести различные виды соревнований, основанные на технике спортивного туризма и спортивного ориентирования. Например, на современном этапе развития туризма несомненной популярностью среди населения пользуются такие соревнования как *приключенческие гонки*.

Приключенческие гонки (от англ. Adventure races) – вид соревнований, на которых оценивается комбинация двух или более видов туристской техники и тактики: ориентирования, передвижения по пересечённой местности пешком, бегом, на велосипеде, гребных судах, скалолазания, техники и тактики страховки и т.п. Команды и участники преодолевают на местности различные по протяженности и продолжительности дистанции, двигаясь по заданному маршруту (техника ориентирования) и преодолевая набор естественных и искусственных препятствий (техника передвижения и преодоления препятствий).

Насколько взаимосвязаны и чем отличаются друг от друга подсистемы спортивного и рекреационного туризма? Существует тесная взаимосвязь между подсистемами рекреационного и спортивного туризма. При проведении рекреационных туристских мероприятий используют технологии видов спорта, в том числе и технологии спортивного туризма (сплава на гребных судах, организации страховки на склоне, постановки дистанций соревнований и пр.). С другой стороны, функция рекреации обязательно присутствует в рамках спортивных туристских мероприятий (по сути, большая часть из них – это выбранный туристом способ отдыха в свободное от работы (рекреационное) время). Тем не менее, ряд существенных отличий между данными категориями мероприятий существует. Важнейшие из них представлены в таблице.



Как спортивный туризм связан с другими видами спорта? Виды спорта «спортивный туризм» и «ТПМ» тесно связаны с другими видами спорта: спортивным ориентированием, скалолазанием, водным слаломом, альпинизмом, лыжным спортом и др. Связь эта носит многосторонний характер.

Во-первых, она проявляется в том, что в спортивном туризме активно применяется техника иных видов спорта. Например, техника передвижения по скальному рельефу – это техника скалолазания. Техника передвижения по горной реке и управления гребным судном – это техника водного слалома. Техника ориентирования на местности обязательно применяется в туристских походах и соревнованиях и, одновременно, составляет сущность вида спорта «спортивное ориентирование». Соответственно, сходны применяемые в туризме и связанных с ним видах спорта *тренировочные технологии и подходы*.

Во-вторых, участие в соревнованиях по «родственным» туризму видам спорта имеет важнейшее значение в подготовке к походам и к стартам в соревнованиях по ТПМ. Например, участие в соревнованиях по спортивному ориентированию неперенный компонент тренировки техники ориентирования на местности.

В-третьих, прослеживается явная взаимосвязь и взаимовлияние нормативных баз туризма и перечисленных выше видов спорта. Скажем, заложенные в «Правила» принципы постановки дистанций в соревнованиях по ТПМ в технике водного туризма во многом основаны на принципах постановки трассы сплава в водном слаломе. Принцип присуждения спортивных разрядов и званий на основе накопления спортивного опыта аналогичен в спортивном туризме и альпинизме и т.д.

Таблица – Отличительные особенности спортивных и рекреационных туристских мероприятий.

Категории (признаки) мероприятий	Рекреационный туризм	Спортивный туризм
Доминирующая цель	Отдых, развлечение и оздоровление	Повышение спортивного мастерства и квалификации
Уровень физической активности участников	Ограничен рамками физической рекреации: дозированный, оздоровительный	Выходит за рамки физической рекреации
Тренировочный процесс	Специальной тренировки участников не требуется, либо она ограничивается оздоровительной тренировкой	Требуется регулярный спортивно-тренировочный процесс
Уровень риска	Обычный	Повышенный
Правила осуществления	Нет единых правил и требований к порядку осуществления мероприятий	Есть «Правила» туристских видов спорта и «Разрядные требования», внесенные в ЕСК*.

* - ЕСК – Единая спортивная классификация.

1.1.2 Лекция 2

Понятие «туристский поход» и классификация походов. Содержание оздоровительных и спортивных туристских походов.

Что мы понимаем под термином «поход»? Известные толковые словари (например, под редакцией С.И. Ожегова, Т.Ф. Ефремовой) определяют поход как «путешествие, переход, совместное движение группы лиц, организованного отряда с какой-нибудь определенной целью». В таком «широком» понимании, термин «поход» практически не отличим по смыслу от термина «путешествие». При этом среди разнообразных путешествий определением «поход» выделяется лишь разновидность «организованных» путешествий, в которых участвует обязательно «группа лиц».

Очевидно, что по отношению к туристскому походу целями путешествия организованных групп лиц должны быть туристские цели, а именно: рекреационные, спортивные, деловые, ностальгические и т.д. С точки зрения предмета нашего изучения (содержания и методологии организации активных туристских мероприятий) термин «туристский поход» определим, как *короткое по продолжительности путешествие (в большинстве случаев от 2-х до 30-и дней) с активными способами передвижения (пешком, на лыжах, на велосипеде, на гребных судах) по всему маршруту с рекреационными и спортивными целями.*

Таким образом, поход это всего лишь частный случай (разновидность) туристских путешествий.

Как принято классифицировать туристские походы на основании их цели? Как и виды туризма, виды туристских походов, прежде всего, принято

выделять на основании цели совершения походов. Именно цель определяет программу, содержание, состав участников, маршрут и иные важнейшие элементы сложной социальной системы «поход». Основным нормативный документ спортивного туризма («Правила проведения туристских походов») определяет цели проведения походов как «познавательные, спортивные, учебные или иные». Мы полагаем, что такое определение целей не точно соответствует сути туристской деятельности («иные» цели могут по смыслу данного определения вообще не иметь отношения к туризму).

Учитывая ранее принятую нами, отвечающую предмету изучения, классификацию туристской деятельности классифицируем туристские походы *согласно цели*, на походы *рекреационные (учебно-рекреационные)* и походы *спортивные (учебно-спортивные)*.

Содержание различных по своей программе рекреационных походов рассматривается ниже (вопрос 2). В *учебно-рекреационных* походах главной целью является обучение участников методологии проведения рекреационных походов (подготовка будущих туристских специалистов, гидов-проводников туристских групп в походных условиях).

Содержанием *спортивных* походов является преодоление классифицированных (имеющих определенную категорию сложности) маршрутов, включающих естественные препятствия и участки, требующие для безопасного прохождения применения особой туристской техники и тактики (спортивного мастерства). Соответственно, доминирующей целью участников данных походов является безопасное преодоление маршрута и их спортивное совершенствование (повышение их спортивного мастерства и квалификации).

В *учебно-спортивных* походах, кроме того, преследуется цель обучения участников разнообразной туристской технике и тактике (в том числе технике и тактике преодоления естественных препятствий) и методологии проведения спортивных походов, руководства группой. Учебно-спортивные походы являются непременным компонентом системы подготовки руководителей и инструкторов спортивного туризма и проводятся согласно утвержденным планам такой подготовки.

Как принято классифицировать туристские походы на основании способа и условий передвижения группы на маршруте? Способ передвижения на маршруте определяет специфику организации, подготовки и проведения похода, в том числе: программу тренировочного процесса, особенности календарного плана похода, виды классифицированных препятствий и, соответственно, технику и тактику их преодоления, виды посещаемых туристами рекреационных объектов и пр.

Рекреационные и спортивные походы подразделяются, согласно действующим «Правилам» ***на десять видов***. На основании способа передвижения «Правила» выделяют 8 видов походов:

- пешеходные,
- лыжные,

- водные,
- велосипедные,
- комбинированные,
- авто-мото,
- конные,
- походы на парусных судах.

Еще два вида походов определены «Правилами» на основании условий преодоления маршрута, а именно: горные и спелеопоходы (путешествия в пещеры).

В дальнейшем мы будем вести речь исключительно о 4-х видах походов по способу передвижения: пешеходных (горно-пешеходных), лыжных, водных и велосипедных – т.е. о тех, где для передвижения по маршруту туристы используют собственную мышечную силу.

Как принято классифицировать туристские походы на основании их продолжительности? По продолжительности (в днях) все походы принято разделять на *походы выходного дня и многодневные походы*. Путешествие с активными способами передвижения, которое осуществляется в течение одного светового дня и не предусматривает организации ночлега, собственно походом не является – это т.н. *туристская прогулка*. Поход, предусматривающий организацию одного двух ночлегов (обычно, осуществляемый туристами в выходные дни) принято называть походом выходного дня.

В подавляющем большинстве случаев походы выходного дня организуются с целью оздоровления и отдыха участников (оздоровительные походы). Весьма перспективной для развития в Беларуси формой отдыха в рамках недельного цикла рекреации являются так же рекреационно-познавательные экологические походы различной тематики. Кроме того, походы выходного дня могут преследовать образовательные цели (например, краеведческие походы со школьниками), учебные цели (походы со студентами, обучающимися на «туристских» специальностях вузов) и тренировочные цели (как часть программы подготовительного периода перед осуществлением спортивных походов).

Спортивные походы по требованиям «Правил» обязательно являются многодневными (6 дней, как минимум, длится спортивный поход 1-й категории сложности). Рекреационные походы могут являться как походами выходного дня, так и многодневными походами.

Для классификации спортивных походов, кроме вышеуказанных оснований, обязательно используется такое основание как «категория сложности». Методология классификации спортивных походов (маршрутов походов и их участков) по категории сложности будет рассмотрена нами ниже, в отдельном разделе.

Виды и содержание туристских рекреационных походов. Характерные элементы и параметры маршрута рекреационных походов.

Какие виды походов можно отнести к рекреационным походам?

Среди рекреационных походов, в соответствии с их программой и задачами, выделим походы рекреационно-оздоровительные, рекреационно-познавательные, рекреационно-спортивные (например, приключенческие)

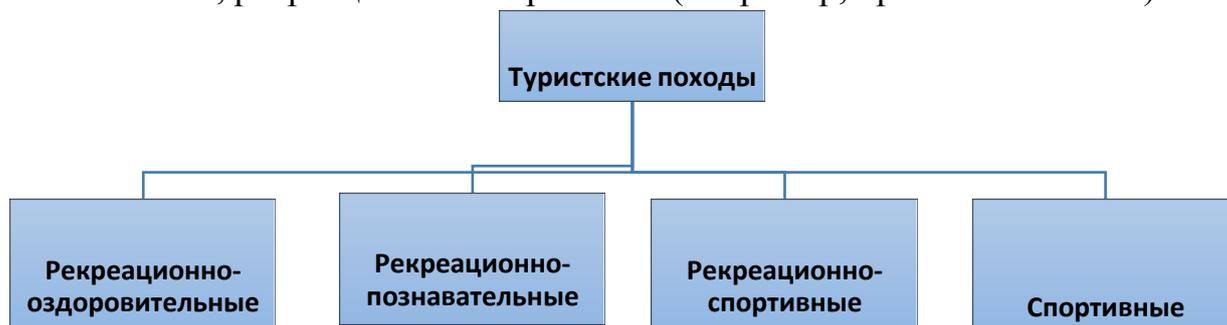


Рисунок – Классификация туристских походов на основании цели их проведения

Доминирующими целями *рекреационно-оздоровительных* походов являются полноценный отдых и оздоровление их участников. Обычно это походы выходного дня, в которых для отдыха и оздоровления участников активно используются природные ресурсы и технологии оздоровления. Основными факторами оздоровления является комплекс, включающий природные ресурсы (солнце, чистый воздух, вода, лесные массивы) и физическую активность в рамках рекреации (смотри ниже).

Перед *рекреационно-познавательными* (например, экологическими, краеведческими) походами, кроме рекреации участников, ставятся еще познавательные цели и задачи. Содержание данных походов рассмотрено ниже в специальных темах.

В *рекреационно-спортивных* походах потребности участников в активном отдыхе реализуется в процессе преодоления ими относительно сложного маршрута, содержащего естественные препятствия (спортивный компонент). Это так называемые *приключенческие* походы, которые, по сути, могут проводиться по спортивным маршрутам, имеющим категорию сложности (или по фрагментам данных маршрутов). Организаторами таких походов могут являться туристические организации, предлагающие на рынке «активные» туристские продукты. При этом участники похода не ставят для себя далеко идущих спортивных целей, не стремятся получить спортивное звание в виде спорта «туризм спортивный», участвовать в официальных соревнованиях.

Какие особенности туристских рекреационных походов способствуют полноценному отдыху и оздоровлению их участников?

Рекреационный туризм, особенно его *активные* формы, позволяют устранить или ослабить воздействие на человека неблагоприятных факторов повседневной действительности: нервно-эмоциональных перегрузок, гипокинезии, избыточного нерационального питания и т.д. Эффективному отдыху и оздоровлению участников рекреационно-туристской деятельности способствует целый ряд условий и особенностей, присущих походам (обозначим их как факторы оздоровления).

Во-первых, это *обеспечение достаточной мышечной активности* туристов, устранение неблагоприятных последствий «мускульного голода» с тренировкой функциональных систем, обеспечивающих работоспособность организма: сердечнососудистой, дыхательной, опорно-двигательной, нервно-эндокринной и пр.

Во-вторых, оздоровительным эффектом обладает сама по себе *смена обстановки и положительный эмоциональный фон* от общения с природой и участниками путешествия. Туристские походы переносят горожанина в новую ландшафтную среду, обеспечивают «тесный контакт» с природой, учат наблюдать ее и наслаждаться ею; развивают бережное отношение к ней и облагораживают человека духовно.

Оздоровлению участников похода способствуют, в-третьих, *сами природные рекреационные ресурсы* территории отдыха (совокупность природных компонентов природно-территориального комплекса, положительно воздействующих на организм человека и обладающих оздоровительным эффектом). Благоприятный результат на здоровье оказывает умеренное пребывание на солнце (солнечные ванны), потребление чистого воздуха и воды, воздействие фитонцидов в хвойном лесу и пр.

Оздоровлению и полноценному отдыху туристов способствует так же *качественный туристский сервис и применение специальных средств, технологий оздоровления* (массаж, банные процедуры, минеральные и грязевые ванны и пр.), и *регулярный режим питания, нагрузки и отдыха; здоровая диета*.

Какие характерные элементы включает маршрут рекреационного похода? Маршрут рекреационного похода сам по себе является системой, взаимосвязанных и взаимозависимых элементов (рисунок).



Рисунок – Элементы системы «маршрут» рекреационного похода

Центральным элементом (элементами) маршрута рекреационных походов являются *целевые рекреационные объекты*. «Вокруг» данных объектов и строится весь маршрут.

Какой смысл мы вкладываем в понятие рекреационно-познавательных целевых объектов на маршруте похода? Это объекты маршрута наиболее интересные туристам для посещения; удовлетворяющие их познавательные запросы, способствующие их полноценной рекреации в природных условиях («изюминки» будущего маршрута). Такими объектами могут являться: локальные участки района с живописными пейзажами, озера или группы озер, маркированные экологические экскурсионные тропы, сельские музеи народного творчества, ремесел и т.д., например, характерными целевыми объектами маршрутов по Беларуси являются озера Браславской и Нарочанской групп, например, «Голубые озера», Мирский замок, дом-музей Якуба Коласа в Николаевщине и т.д.

Необходимыми элементами маршрута являются так же пункты старта-финиша, места расположения группы на ночлег и отдых (биваки), опорные ориентиры для движения группы. Сам маршрут имеет особенную, подходящую для выполнения программы похода конфигурацию (тактическую схему) – является *линейным, кольцевым или комбинированным.*

Как выбрать на маршруте места для организации биваков и больших привалов? Маршрут, конечно, предусматривает и места отдыха туристов. Места отдыха должны способствовать как полноценному отдыху, так и выполнению задач охраны окружающей среды. Биваки и пункты больших обеденных привалов необходимо намечать в местах *безопасных и с наличием чистой, пригодной для приготовления горячего питания воды.* При этом надо постараться выбрать места биваков. *наиболее подходящие для полноценного отдыха.* Это может быть озеро с возможностью рыбалки и купания летом; живописный высокий берег реки, участок светлого соснового бора и пр.

От ряда рисков туризма для экосистем (таблица) «спасают» оборудованные стоянки. Оборудованная стоянка (рисунок) позволяет:

- организовать в походе наиболее комфортный отдых,
- пользоваться готовыми местами кострищ и не создавать новые кострища,
- проводить пляжно-купальный отдых, другие рекреационные занятия (обеспечивает оздоровление и досуг),
- со стоянки регулярно убирают мусор, и он не накапливается в природной среде,
- стоянка находится в месте, выдерживающем высокие рекреационные нагрузки (вдали от мест гнездования охраняемых птиц, например).

Удобно намечать места обеденных привалов, биваков рядом с запланированными для посещения экскурсионными или рекреационными объектами. Если поход проходит по территории национального парка, или иным известным рекреационным территориям пункты отдыха туристов могут быть специально оборудованы и обозначены на туристской карте (как и историко-культурные памятники и иные экскурсионные объекты).

Целевые объекты и места расположения биваков связывают пути подхода (трассы движения группы), которые так же имеют немаловажное значение для рекреации.

Как выбрать оптимальный путь (трассу) движения к местам расположения биваков и целевым объектам на маршруте? На основе анализа картографической и иной информации туристы определяют конкретные пути (трассы) движения к экскурсионным, рекреационным объектам и местам организации биваков.

Трасса движения, по определению, должна быть *максимально «щадящей»* для природной среды. Трассу движения рационально прокладывать *по участкам с эстетически привлекательными природными и культурными ландшафтами*. Путь движения не должен быть слишком трудоемким для участников похода (данного возраста, состояния здоровья). Только в гармоничном сочетании оздоровительных физических нагрузок с эстетическим наслаждением от красоты окружающего мира кроется ключ к решению рекреационно-познавательных задач экологического похода.

Какие количественные параметры характерны для рекреационных походов? Надо учитывать, что протяженность и продолжительность похода в целом и отдельных дневных переходов должна диктоваться конкретным составом участников похода (их возрастом, состоянием здоровья). Дневные переходы должны быть посильными для участников и не вызывать у них чрезмерного физического и психического утомления. Объем и интенсивность проделанной участниками работы на маршруте должны соответствовать нормам физической рекреации. Обычные для оздоровительных походов параметры протяженности маршрута указаны в таблице.

Таблица – Количественные параметры рекреационно-оздоровительных пеших походов

Форма похода	Продолжительность	Протяженность
Туристская прогулка	До одного дня	До 15-20 км
Поход выходного дня	До 3-х дней	30-50 км
Многодневный оздоровительный поход	Нет требований; обычно не более 7 дней	Нет определенных требований. До 20 км в день

Какие требования предъявляются к составу участников туристской группы в случае рекреационного похода? Организация туристского похода непременно включает и *комплектование группы*. В случае рекреационных походов, определенные нормативные ограничения по составу группы существуют только для походов с учащимися и студентами.

Комплектование группы в данном случае проводится в соответствии с Инструкцией об организации участия обучающихся учреждений образования в туристских походах и экскурсиях (Постановление Министерства

образования Республики Беларусь от 17 июля 2007 г. N 35а). В частности, «Инструкция определяет:

12. Руководителем туристского похода, экскурсии назначается педагогический работник учреждения образования, организующего туристский поход, экскурсию, имеющий опыт участия в туристских походах и опыт участия в экскурсиях соответственно.

13. Заместитель руководителя туристского похода, экскурсии назначается из числа педагогических работников или родителей, участвующих в туристском походе. Помощником руководителя туристского похода, экскурсии может быть обучающийся старших классов, имеющий опыт участия в туристских походах, экскурсиях и пользующийся авторитетом у участников туристского похода, экскурсии.

14. Максимальное количество обучающихся в группе определяется руководителем учреждения образования и руководителем туристского похода исходя из обеспечения безопасности их жизни и здоровья.

Если участник несовершеннолетний, то допускать к участию в туристских походах, его можно с письменного разрешения их родителей (законных представителей).

В иных случаях, каких-либо нормативных ограничений по составу туристской группы рекреационного похода нет. Группа формируется на основе *общности интересов и желания принять участие в конкретном туристском мероприятии*. В случае походов выходного дня и многодневных рекреационно-оздоровительных походов ограничением может служить состояние здоровья участников (оно должно позволять переносить физические нагрузки похода).

Рекомендуется комплектовать группу из участников примерно одного возраста и социального статуса (тогда достигается общность интересов и легкость общения). Например, можно создать школьную, студенческую, семейную группу и пр. В то же время сходную мотивацию к участию в походе (например, знакомство с природной средой родного края) могут иметь люди различных возрастов и профессий, что позволяет успешно комплектовать группу «широкого» социально-демографического спектра.

Из туристской практики известно, что *эффективность управления группой и достижения целей похода будет максимальной, если группа туристов не превышает 12-15 участников*. В случае более массовых походов, всю походную группу («отряд») желательно разделить на «отделения» со своими туристскими руководителями (инструкторами).

Какие требования предъявляются к составу участников туристской группы в случае спортивного похода? При комплектовании спортивной туристской группы обязательно выполняются нормативные требования, указанные в «Правилах проведения туристских походов».

Формирование группы спортивного похода происходит: а) с учетом и на основе общности целей, а также б) наличия у ее участников *определенного спортивного опыта*. Данные показатели (критерии) отличают туристскую

группу от собрания случайных личностей. Нарушение этого правила обычно отрицательно сказывается на успехе достижения задач похода, а нередко является основной причиной возникновения конфликтных ситуаций и несчастных случаев.

Необходимый опыт определен «Правилами» следующим образом (Таблица):

**ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И РУКОВОДИТЕЛЯМ
ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ И СОСТАВУ ТУРИСТСКИХ ГРУПП**

Сложность похода	Опыт участия и руководства туристским походом			Минимальный возраст (лет)		Минимальный состав группы (в скобках для велопоходов)	Минимальное количество средств передвижения		
	участник	руководитель участие	руководство	участник	руководитель		водный туризм	автомобильный	мотоциклетный
Категория:									
I	-	I <*>	-	13	18	4 (2)	1	1	1
II	I	II	I	14	18	4 (2)	2	2	2
III	II	III	II	15	18	4 (2)	2	2	3
IV	III	IV	III	16	19	4 (4)	2	2	3
V	IV	V	IV	17	19	6 (4) <*>	2	2	3
VI	V	VI	V	18	20	6 (6) <*>	2	-	-
Степень:									
I	-	Участие в степенном туристском походе в качестве заместителя руководителя, руководство 2 - 3-дневным туристским походом		11	18	6 - 15	2	-	-
II	-			10	18	6 - 15	2	-	-
III	-			9	18	6 - 15	2	-	-

Кроме существенных различий в комплектовании группы рекреационных и спортивных походов имеются существенные различия и в подготовке участников. В спортивном туризме – обязателен процесс физической, технико-тактической и психологической подготовки (рассматривали в предыдущем разделе). В рекреационных походах такой процесс подготовки обязателен фактически для инструктора (гида-проводника туристской группы).

Какие обязанности выполняют участники туристской группе в период подготовки и проведения похода? Руководитель похода определяет функциональные обязанности для участников похода. Наиболее эффективными будут усилия группы в тех случаях, когда каждый из участников выполняет те обязанности, к которым он лучше подготовлен и к выполнению которых у него есть и вкус, и интерес. Формула «от каждого по способностям» должна работать максимально эффективно.

Руководитель похода определяет концепцию похода, состав участников, согласует цели и сроки похода, распределяет обязанности между членами группы. Перед походом руководитель проверяет техническую, физическую и психологическую подготовку каждого участника, организует дополнительные тренировки, чтобы убедиться, что ожидаемые нагрузки не окажутся непосильными для кого-либо из туристов. Также руководитель организует подготовку и проверку снаряжения, необходимого на маршруте.

При прохождении технически сложных участков маршрута руководитель определяет необходимые тактические действия каждого участника и группы в целом. Главная задача руководителя – обеспечить безопасное, безаварийное прохождение маршрута. Вторая по значимости

цель руководителя – добиться того, чтобы неизбежно возникающие в автономном коллективе конфликты интересов не помешали каждому из участников получить максимальное удовольствие от похода.

Наконец, обязанность руководителя – подготовка всех необходимых документов и общение с официальными лицами (заявка и защита похода в МКК, регистрация группы в КСС, контакты с пограничниками, милиционерами, лесниками и так далее). После похода руководитель (совместно с другими участниками) готовит отчет о походе и защищает его в МКК, оформляет участникам справки о зачете похода.

Завхоз перед походом составляет продуктовую раскладку и распределяет, кто из участников какие продукты хранит в своем рюкзаке. Отвечает за покупку и упаковку продуктов. В походе завхоз *обеспечивает учет и сохранность продуктов*, совместно с руководителем устанавливает порядок дежурства, выдает дежурным продукты, контролирует правильное выполнение ими своих обязанностей.

Врач (санинструктор) собирает походную аптечку, выдает необходимые медикаменты при мелких повреждениях (ссадины, царапины, мозоли), обеспечивает диагностику и лечение (оказание первой помощи) более серьезных заболеваний. В серьезных походах, связанных с риском потери снаряжения, аптечка должна распределяться, как минимум, между двумя участниками, умеющими оказывать первую помощь.

Ремонтник собирает ремонтный набор, включая швейные принадлежности, а также необходимые инструменты и инвентарь для ремонта используемых в походе технических средств (байдарок, примусов, велосипедов, фонарей и т.д.) В походе осуществляет (организует) ремонт и наладку вышедшего из строя общественного снаряжения, обеспечивает хранение и выдачу ремонтного набора участникам.

Спортивные походы по классифицированным маршрутам. Виды спортивных походов, выделяемые «Правилами проведения туристских походов» на основании способов передвижения участников по маршруту и условий похода.

Спортивные туристские походы и их маршруты в зависимости от способа и условий передвижения классифицируются по видам и категориям сложности (к.с.):

- пешеходные (I-VI к.с.);
- лыжные (I-VI к.с.);
- водные (I-VI к.с.);
- велосипедные (I-VI к.с.);
- авто-мото (I-V к.с.);
- горные (I-VI к.с.);
- конные (I-IV к.с.);
- спелео (I-VI к.с.);
- парусные (I-VI к.с.);

- комбинированные, включающие несколько видов (I-VI к.с.).

Как классифицируют спортивные походы? Для классификации спортивных походов, кроме вышеуказанных оснований, обязательно используется такое основание как «*категория сложности*». «Правилами проведения туристских походов» установлено шесть категорий сложности. Поход 1-й категории наименее сложный. Поход 6-й категории наиболее сложный.

Классификация спортивных туристских походов по категориям сложности. Требование к технической сложности маршрутов как определяющее отличие спортивных походов от рекреационных походов.

Что означает понятие «классифицированный маршрут»? Спортивные походы обязательно проводятся по классифицированным маршрутам. Понятие «классифицированный» маршрут означает лишь то, что он имеет определенную спортивную категорию сложности. Требование к уровню сложности маршрута, является определяющим отличием спортивных походов от рекреационных.

Кем устанавливается категория сложности спортивных походов? «Правила» в каждом виде спортивных походов по способу передвижения выделяют 6 категорий сложности – от 1-й (наименее сложные походы), до 6-й (наиболее сложные).

Вопрос определения категории сложности похода имеет принципиальное значение в спортивном туризме.

С одной стороны, преодоление маршрутов той или иной сложности является формальным основанием для присвоения туристам спортивных разрядов и званий.

С другой стороны, объективная классификация походов по категории сложности является обязательным компонентом системы безопасности (т.н. классификационная безопасность).

Разрабатываются маршруты спортивных походов самими туристами, но окончательное *определение категории сложности маршрута*, а также оценка совершенного туристской группой похода по представленному отчету осуществляются экспертными уполномоченными комиссиями (маршрутно-квалификационными комиссиями).

Маршрутно-квалификационные комиссии (МКК) являются общественными организациями, созданными при непосредственном участии федерации спортивного туризма (Республиканского туристско-спортивного союза). В настоящее время маршрутно-квалификационные комиссии (МКК) работают при Министерстве спорта и туризма Республики Беларусь (республиканская МКК), управлениях по физической культуре, спорту и туризму облисполкомов и Мингорисполкома (региональные МКК).

Какие параметры похода учитывает экспертная комиссия и туристская группа при определении его категории сложности? Категория сложности спортивных походов определяется целым рядом факторов. Наибольшее значение имеет **техническая сложность** похода,

которая в свою очередь определяется сложностью преодолеваемых на маршруте естественных препятствий. Кроме того, сложность спортивного похода определяется его количественными параметрами: протяженностью маршрута и продолжительностью похода. Наконец, на оценку категории сложности похода оказывают существенное влияние климатогеографическая характеристика района похода, и степень «автономности» группы при совершении похода.

Какие дополнительные факторы определяют категорию сложности спортивного похода? Для определения категории сложности похода большое значение имеет географическая характеристика самого района путешествия и степень «автономности» группы при совершении похода.

Основой для учета географического фактора при классификации походов по уровню сложности является система туристско-классификационного районирования территорий. Итогом такого районирования является, в том числе, создание реестра туристских районов с указанием возможных в этом районе походов максимальной сложности для разных видов туризма (реестр туристско-классификационных районов).

Под «автономностью» похода следует понимать уровень объективной изоляции группы от «человеческого сообщества». Уровень автономности похода можно определить на качественном уровне (низкий, высокий, наивысший) учитывая такие географические характеристики района похода как плотность сети населенных пунктов и дорожной сети, количество населенных пунктов, лежащих непосредственно на маршруте.

Нормативные требования к количественным параметрам спортивных туристских маршрутов и к их технической сложности.

Какие количественные параметры установлены «Правилами» для пеших и лыжных маршрутов различных категорий сложности? Показатели «продолжительность» и «протяженность» обязательно учитываются экспертами МКК при установлении категории сложности похода, но при этом они носят контрольный характер и не являются определяющими. Требования к данным параметрам указаны в действующих в Республике Беларусь «Правилах» и основаны на соответствующих нормах, действовавших еще в СССР. В таблице показаны требования «Правил» к протяженности маршрута и продолжительности спортивных пеших, горных и лыжных походов.

Что такое классифицированный участок маршрута «Правила проведения туристских походов» определяют термин «классифицированный участок» (КУ) как «участок маршрута туристского похода, имеющий естественные препятствия, преодоление которых требует специальных знаний и умений в технике ориентирования, передвижения, организации страховки и т.д.».

Таблица – Параметры протяженности маршрута и продолжительности спортивных туристских походов

Параметры похода	Вид похода	Категория сложности похода					
		I	II	III	IV	V	VI
Минимальная продолжительность похода (дни)	Пешеходный	6	8	10	13	16	20
	Горный	--	--	--	--	--	--
	Лыжный	--	--	--	--	--	--
Протяженность маршрута (км)	Пешеходный	130	160	190	220	250	300
	Горный	100	120	140	150	160	160
	Лыжный	130	150	150	200	240	300

Какие классифицированные участки и препятствия характерны для пеших походов по территории Беларуси? На равнинных территориях характерными естественными препятствиями в пеших походах являются:

- участки лесных массивов,
- заболоченные участки лесной или безлесной местности,
- водные преграды (ручьи, реки и пр.).

Участки лесных массивов, через которые проложен маршрут, в туризме принято классифицировать *на основании степени их проходимости*. В туризме выделяют три класса лесных массивов: *легкопроходимые лесные массивы, массивы средней проходимости и труднопроходимые лесные массивы*.

Вне зависимости от природы происхождения болот их так же принято подразделять по степени проходимости. Среди низинных и верховых болот выделяют *легкопроходимые болота и болота средней проходимости, а также труднопроходимые болота (включая фактически непроходимые)*. *Легкопроходимые болота* – это вязкие, заболоченные участки местности (глубина водного покрова 0.2-0.4м). Они обычно покрыты густым разнотравьем, включая различные виды осок. *Болота средней проходимости* (кочкарниковые) представляют собою кочки (фрагменты суши, поросшие травой или мхом), окруженные водой (глубина водного покрова до 0,6м).

Редкий пеший поход обходится без преодоления локальных водных препятствий (рек, ручьев, мелиоративных каналов). Преодолеваются они с применением комплексной туристской техники носящей собирательное название «переправа». Все переправы через водные препятствия на основании *способа преодоления водной преграды* можно подразделить на следующие виды: *переправа вброд, переправа над водой* (по камням, по стволу упавшего или уложенного дерева, навесная переправа), *переправа по воде* (с использованием плавсредств).

Что такое локальные и протяженные препятствия? На маршруте похода принято выделять *локальные и протяженные* классифицированные препятствия.

Для преодоления *протяженных препятствий* маршрута туристами применяется преимущественно *техника передвижения* (рациональная, без лишней траты физической и психической энергии). Примером протяженного препятствия в пеших походах будет являться: участок легкопроходимых болот (продолжительное движение по воде и кочкам), участок преодоления лесных массивов по бездорожью.

Преодоление *локальных* препятствий на маршруте, напротив, требует за редким исключением применения *комплекса* разнообразной туристской техники, включая и *технику страховки*.

Каковы нормативные требования по технической сложности, спортивных походов? Техническая сложность маршрута пешеходных, лыжных, горных походов определяется количеством и категорией трудности, включенных в него классифицированных участков (препятствий) (они, как и маршруты в целом, делятся на 6 категорий трудности).

«Правилами» прямо не указывается количество и категория трудности КУ, определяющих ту или иную категорию сложности похода. Данный вопрос окончательно решает маршрутно-квалификационная комиссия, выпускающая группу в поход, основываясь на имеющемся перечне т.н. эталонных маршрутов в каждом виде туризма. Тем не менее, согласно существующей практике и с учетом требований к росту спортивного мастерства туристов, а также к их безопасности маршрут похода определенной категории сложности обычно включает как минимум один (чаще два) классифицированных участка аналогичной категории трудности, а также набор классифицированных участков меньшей категории трудности.

1.1.3 Лекция 3

Понятие «техника туризма»; классификация техники туризма.

Что означает понятие «техника туризма»? Под «техникой» (в спорте) обычно понимают качественное выполнение движений, которые специфичны для данного вида спорта. В туризме в понятие техники включают не только качественное выполнение движений (например, качественное лазание по скальному склону, качественный ход на лыжах), но и качественное владение специфическим туристским снаряжением и выполнение действий, предполагающих использование данного снаряжения (например, натяжение веревочных перил при переправе через водное препятствие с использованием системы полиспаста).

В таком смысле технику туризма можно определить, как *совокупность технических приемов и средств, используемых для эффективного решения различных туристских задач*. Характерными задачами в активном туризме являются: преодоление естественных препятствий на маршрутах похода и дистанциях соревнований, организация полевого лагеря и горячего питания для группы туристов; безошибочное ориентирование на местности.

Решение данных задач требует от участников туристских мероприятий владения определенным объемом туристской техники. Уровень владения разнообразной туристской техникой, среди прочих качеств, свидетельствует об уровне профессионализма туристов.

Как классифицируют технику туризма? Приемы и средства, применяемые в туристских походах и на дистанциях соревнований специфичны по отношению к решаемым задачам. *По назначению*, технику туризма принято классифицировать на следующие разновидности.

- техника передвижения;
- техника страховки (два вышеуказанных вида составляют технику преодоления естественных препятствий);
- техника бивачных работ;
- техника ориентирования на местности;
- техника поисково-спасательных работ.

Указанные разновидности техники «охватывают» полностью весь возможный круг туристских задач.

Техника туризма достаточно специфична *по отношению к разным видам туризма по способу передвижения*. Например, техника передвижения по маршруту водного и лыжного похода, очевидно, будет различной (различаются как технические приемы, так и средства передвижения). Таким образом, на основании *вида туризма по способу передвижения* мы можем подразделить технику туризма на следующие разновидности:

- техника водного туризма;
- техника пешеходного туризма;
- техника лыжного туризма;
- техника велосипедного туризма и т. д.

Туристскую технику можно разделить на две разновидности на основании *числа субъектов* (туристов), ее использующих:

- техника индивидуальная
- техника групповая (командная).

Виды туристской техники (по назначению): техника передвижения по естественным препятствиям и страховки, техника ориентирования на местности, бивачных и поисково-спасательных работ.

Что следует понимать под техникой передвижения в туризме? Туристскую технику передвижения мы можем определить, как *совокупность технических приемов и средств, используемых для передвижения туристов на маршруте похода*. Отметим, что специфическая и разнообразная техника передвижения используется туристами в основном, когда они преодолевают препятствия маршрута. Можно поэтому уточнить понятие техники передвижения и определить его как *совокупность технических приемов и средств, применяемых для передвижения по естественным препятствиям на маршруте похода*.

Как принято классифицировать туристскую технику передвижения? Туристская техника передвижения может быть, как

индивидуальной, так и *групповой* (когда для передвижения нужны усилия как минимум 2-х человек). Например, движение каждого отдельного туриста по кочкам болота средней проходимости (движение с кочки на кочку, с опорой шестом о грунт) – это пример индивидуальной техники передвижения. В то же время, организованное движения группы по заболоченному участку местности с использованием гати (создание настила из жердей для преодоления фрагментов труднопроходимого болота) или передвижение 2-х, 3-х туристов на байдарке (гребля на байдарке) – это примеры групповой (командной) техники передвижения.

Техника передвижения различается в зависимости от *природы преодолеваемого препятствия*. В данном случае можно выделять технику движения группы по заболоченным участкам; технику движения по горным склонам различной природы (подъем, траверс, спуск по скальным, травянистым, ледовым и т.д. склонам), технику движения по переправам через водные препятствия и пр. Наконец, технику передвижения можно классифицировать *в соответствии со средствами передвижения*: техника передвижения на байдарке, плоту, лыжах и т.д.

Какие технические приемы и средства передвижения используют туристы при преодолении заболоченных участков местности? Легкопроходимые болота обычно не требуют особенной техники передвижения. Напротив, преодоление пешком болот средней проходимости (кочкарниковых) и труднопроходимых болот требует применения специфичной индивидуальной и групповой техники передвижения по кочкам.

По болоту средней проходимости группа движется цепью, с интервалом 2-3м, след в след. По кочкам следует ступать мягко, без резких движений и прыжков, сохраняя равновесие. При необходимости ведущему участнику или всем участникам группы следует использовать шест в качестве дополнительной опоры, щупа.

Труднопроходимые и не проходимые болота (топи, мари) следует обойти. Локальные участки (например, ямы с болотной водой (мочажины)) могут преодолеваются с использованием техники проложения гати, с дополнительной страховкой основной веревкой.

Что такое гать? *Гать* – это настил из подручных средств (хвороста, жердей, бревен) для прохода через топкое место (трясину). Движение группы по гати может осуществляться следующим образом: первый участник укладывает на почву жерди по направлению движения и выходит на них. Идущие за ним передают вперед еще жерди, продвигаясь вперед. После прохода всей группой по жердям, последние участники снимают гать и передают жерди вперед. Проходить по гати рекомендуется приставными шагами, опираясь на шест.

Что означает термин «переправа»? Реки и ручьи являются характерными естественными преградами для движения туристов в походе, как по горной, так и по равнинной местности. Особую техническую

сложность представляет преодоление горных ручьев и рек, где часто приходится применять особую технику передвижения и страховки.

Переправа в туризме – это преодоление водных преград за счет применения специальной туристской техники. Технически не сложные переправы преодолевают, используя только технику передвижения. Сложные переправы требуют использования комплекса технических приемов наведения переправы, передвижения и страховки.

Какие виды переправ применяются в туристской практике?

Переправы через водные преграды принято разделять на три разновидности (три способа):

- переправы вброд (пешком по дну реки),
- переправы над водой
- переправы по воде (на плав. средствах).

Как правильно определить подходящее место и способ переправы?

Перед началом переправы следует обязательно провести разведку и определить:

- наиболее подходящий способ переправы;
- участок берега и водного препятствия, где применить выбранный способ переправы будет легче и безопаснее всего;
- наиболее оптимальную технику передвижения и страховки участников, а также характер подготовительных работ (заброс веревки, укладка бревна через реку и пр.).

Выбор места переправы и способа переправы зависят от следующих факторов:

- характера реки – ее ширины и глубины, скорости течения, температуры воды.
- имеющихся природных «прибрежных» средств (ресурсов) – опор для закрепления веревки, сухих деревьев для наведения переправы по бревну пр.
- имеющихся у группы технических средств (основной веревки, блоков для создания системы полиспаста и пр.).

В пеших походах в теплое время года для переправы через каналы, ручьи, узкие равнинные реки часто используют способ переправы по уложенному с берега на берег бревну. Через не глубокие реки и ручьи (глубина до полуметра) со слабым течением и твердым дном можно переходить вброд по одному в обуви.

Какие технические приемы и средства применяют туристы для преодоления горных склонов. В пешеходных походах по равнинной местности преодоление склонов (холмов, оврагов и пр.) обычно не требует специальной туристской техники. Преодоление горных склонов, напротив, требует применения разнообразных приемов и средств техники передвижения и техники страховки. Ниже рассматриваются лишь приемы и средства индивидуальной техники передвижения и страховки

(самостраховки) на склонах с использованием веревочных перил, а именно техника подъема-траверса-спуска по склону с перилами.

Как определить понятие «страховка» в спортивном туризме? Технику страховки рассмотрим лишь в применении к горно-пешеходному туризму. В таком случае, объективно опасными естественными препятствиями, требующими организации страховки, будут являться, прежде всего, горные склоны различной природы и крутизны и преодолеваемые туристами водные преграды. Определим страховку как *совокупность индивидуальных и коллективных технических приемов, действий, средств, применяемых для обеспечения безопасности туристов, преодолевающих объективно опасные участки спортивных маршрутов и дистанций соревнований.*

Какими качествами должна обладать основная страховочная веревка? Содержанием страховки в горно-пешеходном туризме являются приемы работы с т.н. *основной* веревкой, обеспечивающие уверенное задержание (прекращение падения) туриста, сорвавшегося на склоне, сбитого с ног течением на переправе и пр.

Основная веревка изготавливается по специальной технологии; состоит из прочной внешней оплетки и внутреннего, подкрученного сердечника, «сплетенного» из многих волокон. Для ее изготовления применяются синтетические материалы, такие как нейлон, полиэстер.

Конструкция веревки определяет ее свойства. Страховочные веревки, в зависимости от технических характеристик и конкретного назначения, принято подразделять на две категории: статические и динамические.

Статическая веревка в малой степени растягивается под воздействием груза; ее применяют для натяжения навесных переправ через водные препятствия, в качестве опорной веревки (перил) при движении туриста по склону, для транспортировки грузов.

Динамическая веревка, напротив, более эластична, обладает относительно большим растяжением под воздействием груза. Растяжение динамической веревки поглощает (поглощает) энергию падающего груза, поэтому ее применяют для страховки первого участника, преодолевающего горный склон (с учетом возможности его срыва).

Основная веревка должна иметь сертификат качества, и соответствовать требованиям международной федерации альпинизма и скалолазания UIAA. Например, веревка, применяемая для страховки первого участника, преодолевающего горный склон должна сочетать следующие особенности:

- снижать усилия рывка, которые приходится на тело сорвавшегося участника и страхующего его туриста, а также на страховочное снаряжение,
- быть удобной в обращении,
- быть износостойкой,
- иметь относительно небольшую массу и пр.

Что означает понятие «страховочные перила»? *Страховочными перилами называется основная веревка, закрепленная с помощью специальных узлов и карабинов на опорных точках (крючьях, деревьях, закладных элементах и пр.)* Страховочные перила обязательно закрепляются в исходной и целевой точке участка движения туристов по сложному участку рельефа или на исходном и целевом берегах переправы через водное препятствие.

Перила выполняют *функцию опоры* (турист спускается или поднимается по веревке на склоне, переправляется по веревке с одного берега реки – на другой) и *функцию страховки* (при срыве, перильная веревка удерживает туриста и предотвращает его падение).

Какие виды перил принято выделять в практике туризма? В зависимости от расположения веревки относительно земной поверхности страховочные перила подразделяют на три категории: *вертикальные, горизонтальные и наклонные*. Например, перила, натянутые над водным препятствием чаще всего являются горизонтальными (могут быть и наклонными). Перила, для движения вверх или вниз по склону (свисающие со склона) – являются вертикальными или наклонными перилами.

Какие иные средства (кроме основной веревки) применяются для страховки туриста? Кроме основной веревки, к разнообразным средствам страховки относят *страховочные карабины, тормозные устройства, скальные и ледовые крючья, закладные элементы* и т.д. Средства страховки, как и прочие виды снаряжения, подразделяются на индивидуальные (петля само страховки, индивидуальные карабины, страховочная система, ледоруб и пр.) и групповые (основная веревка, групповые карабины, опорные средства для организации точек страховки и пр.).

Какие средства используют туристы для организации собственной страховки (для само страховки)? Средством, которым турист закрепляет (привязывает) себя к горизонтальным перилам является *ус само страховки*. Ус само страховки представляет собой отрезок основной веревки или равнопрочной ей ленты, который одним концом прикреплен к индивидуальной страховочной системе туриста, а другим (с помощью карабина) – к перильной веревке или к иной опорной точке (крюку, дереву и т.д.).

Средством страховки на вертикальных перилах является обычно петля из сертифицированного *репшнура* 6-8мм, привязанная к перилам одним из схватывающих узлов и закрепленная на страховочной системе туриста.

Как принято классифицировать технику страховки? Техника страховки в зависимости от назначения и содержания страховочных действий подразделяется на три категории: *само страховку, взаимную страховку и массовую страховку*.

Само страховка включает приемы и средства индивидуальной страховки туриста (турист обеспечивает страховку сам для себя, преодолевая горные склоны и переправы).

В организации *взаимной* страховки принимают участие, как минимум, два человека (они страхуют друг друга с использованием основной веревки при преодолении объективно опасных участков маршрута). Два или более человека, объединенные (связанные) основной веревкой в туризме или альпинизме называют «*связкой*». Взаимную страховку в свою очередь подразделяют на две разновидности: *одновременную* страховку и *попеременную* страховку.

Массовая страховка осуществляется с помощью страховочных перил, заранее организованных на объективно опасных участках горного рельефа, переправах и т.д. Предполагается, что данные участки будут преодолеваются значительным количеством туристов, в течение относительно продолжительного времени. Сама же техника самостраховки туристов, альпинистов – это не что иное, как техника самостраховки в движении по перилам.

Какие виды самостраховки используются туристами для преодоления горных склонов и переправ? Понятие «самостраховка» комплексное и включает ряд ниже перечисленных важных приемов обеспечения собственной безопасности.

- Статичная самостраховка туриста на точке страховки.
- Самостраховка туриста в движении по горизонтальным перилам.
- Самостраховка туриста в движении по вертикальным и наклонным перилам.
- Самостраховка в движении без применения перильной веревки (самозадержание на снежных, травянистых и ледовых склонах).

Статичная самостраховка организуется туристом на опасных участках горного рельефа во время его действий, направленных на страховку партнера, ожидания очереди на начало движения по перилам и т.д. В качестве средства статичной самостраховки используется *ус самостраховки* закрепленный с одной стороны на опорной точке страховки (скальном крюке, камне, дереве и т.д.), а с другой стороны – на индивидуальной страховочной системе (ИСС) туриста.

В практике горного туризма для преодоления объективно опасных склонов туристы часто используют способ *перильной страховки* – осуществляют подъем и спуск по склону с самостраховкой в движении по вертикальным (наклонным) перилам или движение вдоль склона (*траверс склона*) с самостраховкой на горизонтальных перилах. Разумеется, до начала движения группы перила должны быть закреплены на склоне лидером (первым участником, преодолевающим склон). Лидер проходит опасные участки склона с использованием *взаимной страховки*.

1.1.4 Лекция 4

Топографическая подготовка туриста и техника ориентирования на местности.

Понятие топографической подготовки. Карты местности.

Система знаний, умений и навыков, позволяющих читать карты местности по условным знакам, проводить необходимые измерения на карте составляет понятие топографической подготовки. Топографическая подготовка, в свою очередь, является неотъемлемой частью общей туристской подготовки.

Что такое карта местности? Карта местности (в дальнейшем – карта) – это основной инструмент (средство), позволяющее сформировать целостное представление о местности (районе похода, соревнований) и эффективно ориентироваться на местности. Приводим определение топографической карты, которая наиболее часто применяется в туристской деятельности (по В.М. Алешину, А.В. Серебрянникову, 1985) *Топографическая карта – это уменьшенное, точное, подробное и наглядное изображение земной поверхности со всеми ее объектами и рельефом, выполненное в определенной картографической проекции и в определенном масштабе.* Из данного определения следует вынести следующее. Топографическая карта – это наглядная, пригодная для проведения измерений модель физической поверхности земли, дающая ясное представление о географических характеристиках местности: растительности, речной и дорожной сети, местоположении населенных пунктов, особенностях рельефа и т.д. При этом карта построена по определенным математическим законам (т.е. в масштабе и определенной проекции).

Что мы понимаем под масштабом карты? *Масштабом называется отношение длин линий на карте к длинам горизонтальных проложений этих линий на местности.* Иными словами, масштаб карты показывает, во сколько раз линия на местности уменьшается при ее изображении на карте. Масштаб карт всегда связан с линейными мерами, принятыми в данной стране и указывается на листе за рамкой карты. Выделяют численный и линейный масштабы.

Численный масштаб карты выражен дробью, числитель которой – единица, а знаменатель – число, показывающее степень уменьшения на карте линий местности (точнее – их горизонтальных проложений); чем меньше знаменатель масштаба, тем крупнее масштаб карты.

При сравнении нескольких масштабов более крупным будет тот, у которого число в правой части отношения численного масштаба окажется меньше. К *крупномасштабным* картам относят карты масштаба 1:10000 – 1:100000. К *среднемасштабным* картам относят карты масштаба от 1:200000 до 1:1000000 включительно. Карты с масштабом мельче 1:1000000 относятся, соответственно, к *мелкомасштабным* картам. Чертежи местности,

выполненные в условных знаках и в крупном масштабе (1:5000 и «крупнее») называют обычно *планами* местности.

Линейный масштаб карты – это графическое выражение численного масштаба (рисунок). Он представляет изображенную за рамкой карты прямую линию, разделенную на отрезки в один см и менее (масштабная линейка). Деления линейки сопровождаются подписями, означающими действительные расстояния на местности. Линейным масштабом карты удобно пользоваться для измерения расстояний по карте.



Рисунок – Способ отображения численного и линейного масштаба на карте

Что такое «картографическая проекция»? Одна из проблем, с которой сталкиваются картографы, диктуется сложностью точного воспроизведения сферической поверхности земли (поверхности эллипсоида вращения) на плоскость карты. Определим, что *картографические проекции* – это *математические способы изображения на плоскости карты сферической поверхности земного шара*. Не вдаваясь в излишние подробности, отметим, что картографическая проекция – это способ перехода от реальной, геометрически сложной поверхности земного шара к плоскости карты с допустимым уровнем искажений. Причем данный переход осуществляется с применением строгих математических зависимостей. В результате использования проекции каждой точке земного шара с определенной широтой и долготой, соответствует одна единственная точка на карте с определенными прямоугольными («плоскими») координатами.

Как принято классифицировать карты местности на основании их содержания? Все карты местности (в дальнейшем – карты) на основании их *содержания* принято классифицировать на карты *общегеографические, тематические и специальные*. На *общегеографических* картах отображена совокупность элементов географической оболочки: объекты гидрографии (реки, озера и пр.), рельеф, леса и болота, населенные пункты, социально-культурные объекты, дорожная сеть, государственные и политико-административные границы.

В зависимости от степени генерализации и детальности изображения местности общегеографические карты в свою очередь подразделяются на карты *обзорные* (масштабом мельче, чем 1:1000000), *обзорно-топографические* (масштабом 1:200000 – 1:1000000) и *топографические* (масштабом 1:100000 и крупнее). Заметим, что такое разделение

обшегеографических карт фактически совпадает с классификацией карт на мелкомасштабные, среднемасштабные и крупномасштабные карты.

Наибольшее применение в спортивном и активном рекреационном туризме находят крупномасштабные топографические карты («пятисот метровки», «километровки»). На таких картах местность изображается достаточно подробно; они позволяют, как разрабатывать детальную нитку маршрута, так и эффективно ориентироваться на маршруте похода.

Что представляют собой тематические карты? На тематических картах, на «фоне» общегеографической информации, выделена информация об определенных природных и общественных явлениях и их сочетаниях. Примерами тематических карт служат карты полезных ископаемых, карты климатических зон, этнографические карты. Данные карты могут быть использованы в туристской деятельности лишь в качестве вспомогательного информационного материала.

Что представляют собой специальные карты? Специальные карты предназначены для решения определенного круга задач или рассчитаны на определенный круг пользователей. Иными словами, специальные карты – это карты определенного назначения. Назначение карт так же разнообразно, как разнообразны сферы человеческой деятельности. Среди специальных карт выделяют карты навигационные, технические (например, карты подземных коммуникаций), проектные, учебные и т.д. Для осуществления туристской деятельности наиболее важны карты *туристские* и карты *спортивные*.

Туристские карты – это общегеографические карты с дополнительным нанесением важной для туризма информации: мест расположения турбаз, кемпингов, экскурсионных объектов, оборудованных туристских стоянок, горных перевалов, границ заповедников и заказников, и пр. В спортивно-оздоровительном туризме используются как общегеографические крупномасштабные карты (топографические карты), так и туристские крупномасштабные карты. При этом туристские карты, в связи с их специализацией, часто бывают более удобными для разработки и реализации туристских маршрутов.

Спортивные карты предназначены для проведения соревнований в виде спорта «спортивное ориентирование» и для подготовки спортсменов-ориентировщиков. Это крупномасштабные карты местности (1:5000 – 1:30000), со специфической системой расцветки и условных знаков, подробным изображением объектов и рельефа местности и дополнительным обозначением специфических для вида спорта объектов (например, контрольных пунктов). Спортивные карты, кроме главного их применения, используют в спортивном (рекреационно-спортивном) туризме для подготовки туристов в технике ориентирования на местности и проведения туристских соревнований.

Топографические условные знаки.

Знаковость – одна из главнейших особенностей топографической карты. *Условные знаки, цветовое, графическое оформление карты* – это особая

форма нанесения информации о местности. Условные знаки карты не только показывают местоположение объектов на местности, но и передают их качественную и количественную характеристику. Таким образом, *условные знаки топографических карт – это система графических, буквенных и цифровых обозначений, с помощью которых показывается на карте местоположение объектов местности, и передаются их качественные и количественные характеристики* (по В.М. Алешину, А.В. Серебрянникову, 1985).

Как принято классифицировать условные знаки карты? В топографии условные знаки принято разделять на следующие три группы (по А.М. Берлянт, 2002): *площадные, линейные и внемасштабные*. *Площадные* (иное название: *масштабные, контурные*) условные знаки применяют для обозначения объектов, сохраняющих на карте свои размеры и очертания. Они передают информацию о действительных размерах объекта на местности (о его длине, ширине, площади), которые выражаются в масштабе карты. Площадные знаки состоят из контура (внешнего очертания объекта) и его заполнения значками, цветом или штриховкой, которое передает характер объекта. Например, масштабный знак, «водохранилище» (рисунок) состоит из контура, заполненного синим цветом, а масштабный знак болото состоит из контура, заполненного синей штриховкой.

Линейные условные знаки, применяются при изображении на карте объектов линейного характера – дорог, линий электропередачи, лесных просек, рек и т. д. При этом местоположение и плановое очертание оси линейных объектов изображаются этими знаками на карте точно, но их ширина значительно преувеличивается. Линейные знаки масштабны по длине, но внемасштабны по ширине! Например, условный знак «шоссейная дорога» на картах масштаба 1: 100000 преувеличивает ее ширину в 8-10 раз.

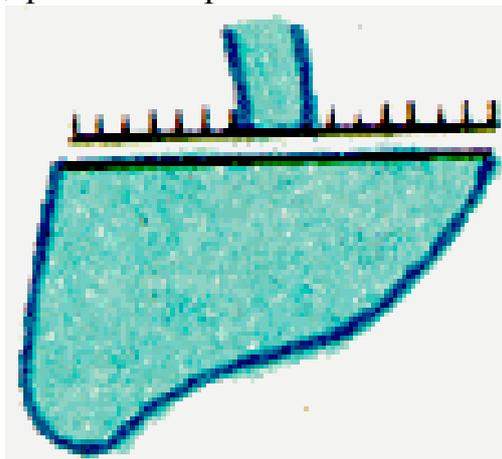


Рисунок – Условное обозначение объекта «водохранилище» на карте (черными линиями обозначена плотина, синим цветом – контур водохранилища и занятая им на местности площадь).

Внемасштабные (точечные) условные знаки используют для показа объектов, локализованных в пунктах, плановое очертание которых *не может быть передано в масштабе карты*. Иными словами, размеры данных знаков (если их выразить в масштабе карты) всегда значительно превосходят истинные размеры соответствующих объектов местности. В качестве внемасштабных знаков используют геометрические фигурки, схематические рисунки (пиктограммы), буквенные символы. Внемасштабными знаками на топографической карте обозначены, например, отдельные дома, производственные здания, мосты, культурно-исторические объекты (рисунок).

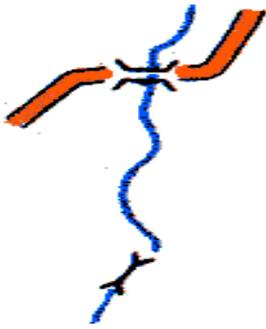


Рисунок – Изображение внемасштабным знаком объекта «мост». Геометрическими фигурками изображаются мосты длиной 3 м и более (вверху и мосты через незначительные препятствия (длиной менее 3 м) (внизу))

Какие еще знаки и надписи применяются для создания карт? Кроме указанных выше трех групп условных знаков, некоторые авторы выделяют еще специальные *пояснительные* знаки и надписи (Алешин, Серебрянников, 1985). Пояснительные знаки и надписи

применяются для дополнительной качественной и количественной характеристики объектов местности. Например, стрелка, нанесенная рядом с обозначением реки, показывает направление ее течения; рисунок (пиктограмма) ели на фоне зеленой заливки лесного массива, обозначает, что в данном лесу преобладают хвойные породы деревьев (рисунок).

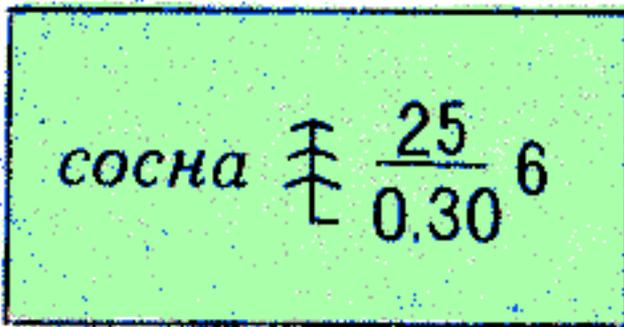


Рисунок – Пояснительные знаки и надписи, характеризующие лесной массив. Даны средние параметры древостоя в метрах: в числителе – высота деревьев, в знаменателе – диаметр ствола, справа от дроби – расстояние между деревьями

Кроме пояснительных надписей на карте всегда присутствуют топонимы и термины. *Топонимы* –

это собственные географические наименования объектов картографирования (названия населенных пунктов, рек, озер и пр.). *Термины* – это элементы географической, геологической и иной терминологии (например, «область», «низменность», «урочище»).

Какие графические средства используют картографы для нанесения информации о местности на карту? Для построения системы условных знаков применяют разнообразные *графические средства*. К ним относятся форма знаков, их расцветка, размер, ориентировка, внутренняя структура. Комбинация данных графических средств позволяет получать бесконечное разнообразие знаков.

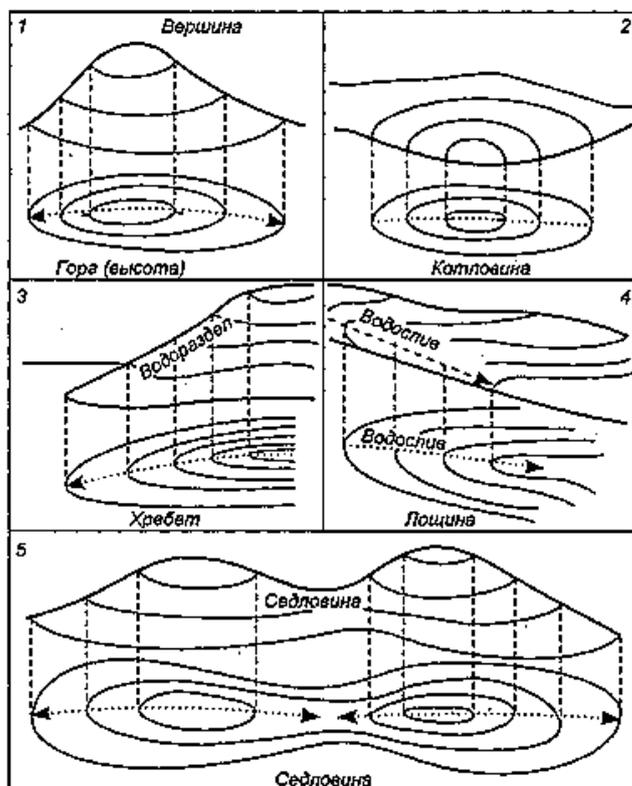
Значками на карте обозначают локализованные в определенных пунктах местности объекты, не выражающиеся в масштабе карты, например, мосты, отдельные строения (объекты, обозначаемые внемасштабными знаками). В качестве значков используют абстрактные геометрические фигурки (например, обозначения моста, отдельного строения), буквы или наглядные рисунки (пиктограммы) (например, обозначение аэропорта).

Линиями на карте обозначают абстрактные или реальные объекты, линейного характера. При этом линии карты передают качественные и количественные особенности данных объектов. Например, качество дорог обозначено цветом (черные сплошные линии – грунтовые дороги, черный пунктир – слабо наезженные, полевые и лесные дороги; линии с коричневой цветовой заливкой – шоссейные дороги с твердым покрытием).

Качественный фон в виде цветовой заливки или штриховки используется для построения масштабных знаков и отражает на карте явления сплошного распространения. Например, сплошная синяя заливка используется для изображения озер, а синяя штриховка (штрихи ориентированы с запада на восток) – для изображения заболоченных участков местности.

В чем заключается способ изображения рельефа горизонталями? Для активных форм туризма, особенно для путешествий по горным районам, информация об элементах рельефа является весьма существенной. В современной картографии наиболее часто применяются следующие способы изображения рельефа: *способ горизонталей; способ гипсометрической окраски, способ теневой пластики* (отмывки).

На топографических картах, на многих туристских картах и на спортивных картах для изображения рельефа используется *способ горизонталей*. Горизонталю это пример использования «абстрактных» линий для нанесения информации (т.н. изолиний). *Горизонталю* (как частный случай изолиний) – это кривые замкнутые линии на карте, объединяющие точки местности с одинаковой высотой над уровнем моря (точки с одинаковой абсолютной высотой). На туристских, спортивных картах горизонталю (и все прочие знаки, отображающие особенности рельефа) изображены коричневым цветом.



Изображение горизонталями основных форм рельефа

Рисунок – Изображение горизонталями основных форм рельефа (по Вяткину Л.А с соавторами, 2001)

В совокупности *система горизонталей* передает действительные очертания (форму), крутизну и высоту склонов холмов, котловин, лощин, седловин, отдельных горных вершин и хребтов.

Преимуществом данного способа изображения рельефа является возможность проведения необходимых измерений, касающихся рельефа. Он, в частности, позволяет легко определять на карте абсолютную высоту определенной точки местности и относительную высоту (превышение одной точки над другой точкой), крутизну

склонов.

Изображение рельефа горизонталями дополняется на картах цифровыми отметками высот характерных точек местности, вершин, седловин и пр.

Способ изображения рельефа горизонталями – ведущий и по отношению к топографическим и туристским крупномасштабным картам. На спортивных картах рельеф показан исключительно горизонталями. Однако на мелкомасштабных географических картах, на некоторых туристских картах, для увеличения наглядности изображения рельефа используют так же и другие способы.

В чем заключается способы изображения рельефа гипсометрической окраской и отмывкой? Способ *гипсометрической окраски* применяют на мелкомасштабных картах для того, чтобы повысить наглядность изображения рельефа. Гипсометрическая окраска – это послойная окраска промежутков (интервалов) между горизонталями (гипсометрических ступеней) в соответствии с принятой цветовой шкалой. На учебных физических картах рельеф суши чаще всего показан в зелено-желто-коричнево-оранжевой шкале. При этом темно-оранжевый цвет соответствует наибольшим высотам местности, зеленый – наименьшим высотам. Для создания еще большей выразительности при изображении рельефа используют способ светотеневой пластики (*отмывки*), в котором применяют прием изображения горных склонов со светотенями (полутонами) при заданном направлении освещения «местности».

Понятие ориентирования на местности. Ориентиры местности.

Чтобы успешно пройти намеченный маршрут рекреационного или спортивного похода надо уметь ориентироваться на местности. Точное движение по маршруту не возможно без владения туристами *техникой ориентирования на местности*.

Что следует понимать под ориентированием на местности и техникой ориентирования? *Ориентирование на местности* – это комплексное понятие, включающее ряд возможных действий, а именно:

- определение своего положения относительно окружающих ориентиров местности (определение *точки стояния*);
- определение сторон света;
- определение нужного направления движения и относительно точное движение согласно этому направлению.

Вся указанная совокупность действий позволяет туристам в походе и на дистанциях соревнований эффективно определять свое местонахождение в пространстве и времени и двигаться по запланированной (обычно нанесенной на карту) нитке маршрута. Тогда ориентирование – это *способность с помощью компаса и карты передвигаться на незнакомой местности и выходить в назначенный пункт* (К.В. Бардин). Можно дать более широкое по смыслу определение. *Техникой ориентирования на местности считают совокупность применяемых технических приемов и средств, позволяющих решать конкретные задачи ориентирования.*

Решаемые с помощью техники ориентирования походные задачи весьма многообразны, а именно:

- соблюдение нитки маршрута в целом и намеченной трассы движения на каждом дневном переходе в частности;
- выбор и реализация оптимального, безопасного пути преодоления конкретного естественного препятствия;
- осуществление поисковых работ (местоположения продуктовой заброски, поиск пострадавшего, для оказания ему помощи) и т.д.

Тактику ориентирования на местности можно определить, как выбор технических приемов, средств ориентирования; оптимальную последовательность их применения, позволяющих с наибольшей эффективностью выполнить конкретные задачи по ориентированию.

Как определить понятие «ориентир местности»? Любую задачу по ориентированию туристы решают с помощью опознавания на местности и использования *ориентиров местности*. Например, свое местоположение в пространстве они определяют относительно одного (нескольких) опознанных на местности и обозначенных на карте объектов и элементов рельефа.

Ориентиры (на местности) – это хорошо заметные объекты местности и детали рельефа, относительно которых туристы, определяют свое местоположение и направление движения.

Как в туризме принято классифицировать ориентиры местности? Ориентиры местности принято разделять на три разновидности: *точечные, линейные и площадные ориентиры*. *Ориентиры точечные* – это объекты на местности, изображающиеся на топографических картах внемасштабными условными знаками, а также точки пересечения линейных ориентиров и точки изломов контуров. Например, точечными ориентирами на маршруте являются мост, отдельное здание (хутор) мимо которого проходят туристы (опознанные на местности объекты, обозначенные на карте внемасштабными знаками). Пересечение просеки и лесной дороги (точка пересечения линейных ориентиров), очевидный угол кромки леса, изгиб дороги (точки изломов контура) – это так же характерные примеры точечных ориентиров.

Ориентиры линейные – это объекты, имеющие существенную длину на местности и изображающиеся на топографической карте линейными условными знаками. Линейными ориентирами являются дороги, просеки, реки и ручьи, линии электропередач и т.д.

Ориентиры площадные – это объекты с хорошо выраженными контурами, занимающие на местности определенную, сравнительно небольшую площадь. Характерными примерами площадных ориентиров служат: озеро, поселок, участок леса сравнительно небольшой площади (среди открытого пространства) или, напротив, участок открытого пространства (поле), расположенный в обширном лесном массиве.

1.1.5 Лекция 5

Туристские соревнования и их классификация.

Содержание соревнований туристов и их классификация.

Что представляют собой соревнования туристов (как особый вид мероприятий)? Соревнования туристов являются еще одной (кроме походов) формой проведения активных туристских мероприятий.

Туристское спортивное соревнование – противоборство между участниками (командами) по туристским видам спорта (туристско-спортивным дисциплинам) с целью выявления сильнейших спортсменов и команд, совершенствования спортивного мастерства. Спортивные соревнования туристов направлены на максимальную реализацию духовных, физических, технико-тактических возможностей и умений спортсменов, команд в регламентированных специальными правилами условиях неантагонистического соперничества, специфического для вида спорта.

Соревнования – это центральный элемент системы спортивного туризма. Соревнования – это цель, средство, метод и модель подготовки, мощный рычаг управления видами спорта «Туристско-прикладные многоборья» и «Туризм спортивный». В рекреационном туризме соревнования являются, наряду с походами, популярным и эффективным средством отдыха, оздоровления (расширенного воспроизводства физических, интеллектуальных и эмоциональных сил человека).

Рекреационно-спортивное туристское соревнование – состязание среди участников (команд) в целях их полноценного отдыха, развлечения, оздоровления, формирования навыков совместной деятельности, личностных качеств, необходимых для преодоления специально созданных для соревнований дистанций с использованием элементов техники туризма. Рекреационно-спортивные соревнования проводятся по утвержденному их организаторами положению (регламенту).

В чем заключается содержание туристских соревнований? Содержанием туристских соревнований является преодоление *дистанций*, требующих от участников применения различной туристской техники и тактики.

Дистанция – это оборудованный для проведения соревнований, обозначенный на естественном рельефе, искусственных сооружениях маршрут или система маршрутов с установленными техническими этапами. По условиям соревнований, в случае, если дистанция достаточно протяженная, ее маршрут наносится на карту местности, которую выдают участникам на старте.

Технический этап – основной элемент дистанции, на котором соревнующиеся участники выполняют заданное условиями соревнований определенное технико-тактическое задание. Название этапа обычно соответствует типу препятствия, характеру рельефа на котором он установлен, с указанием специфики действия («Траверс склона»;

«Транспортировка пострадавшего на вязаных носилках»; «Навесная переправа через реку» и др.).

Дистанции и этапы спортивных соревнований – имеют различный класс сложности. Чтобы их преодолеть и победить на соревнованиях участники осуществляют тренировочный процесс, включающий технико-тактическую и физическую подготовку. Дистанции рекреационных (рекреационно-спортивных) соревнований могут быть технически достаточно простыми, но непременно должны вызывать интерес у участников, «развлекать» их.

Соревнования туристов можно разделить на виды и формы на основании:

- цели проведения соревнований;
- социально-демографического состава участников соревнований,
- формы проведения соревнований,
- масштаба соревнований,
- техники видов туризма по способу передвижения.

Каким образом можно классифицировать систему туристских соревнований на основании их целей? Общую систему туристских соревнований можно разделить на две подсистемы: *спортивно-туристские соревнования* и *рекреационно-туристские соревнования*.

Главной целью участников спортивно-туристских соревнований является победа на соревнованиях, совершенствование их мастерства в технике туризма и рост их спортивной квалификации (выполнение требований для присуждения очередных спортивных разрядов и званий).

Главной целью рекреационных туристских соревнований является *активный отдых* участников, максимально полное восстановление их физических, духовных, интеллектуальных сил и возможностей. Кроме того, целью туристской организации, проводящей соревнование, может быть получение прибыли.

В зависимости от того, насколько значима для участия в рекреационных соревнованиях подготовка в технике и тактике туризма и физическая подготовка, среди них можно выделить рекреационно-спортивные (например, корпоративный туристский слет) или спортивно-рекреационные (приключенческая гонка, Республиканский туристский слет студентов) (рисунок). Детализируя подсистему спортивно-туристских соревнований, выделим в ней соревнования туристов в виде спорта «спортивный туризм» и соревнования в виде спорта «туристско-прикладное многоборье», а также спортивные соревнования туристов, которые пока формально не относятся к данным видам спорта (например, туристские соревнования школьников).

На какие разновидности подразделяют туристские соревнования на основании состава их участников, формы проведения и масштаба? Исходя из *социально-демографического состава участников*, выделяют, например, туристские соревнования школьников, студенческие соревнования. В рамках вида спорта туристско-прикладное многоборья (ТПМ) проводят «молодежные» и «взрослые» чемпионаты разного масштаба.

Согласно *форме проведения*, среди туристских соревнований можно выделить *очные* (чемпионаты, первенства, кубковые встречи, состязания в рамках туристских слетов) и *заочные* (соревнования групп туристов, совершающих походы в разных районах).

По *масштабу* (региональному представительству участников) соревнования туристов можно подразделять на соревнования районные, городские, областные, республиканские, международные. Масштаб соревнований по ТПМ характеризует понятие «*группа соревнований*»

- соревнования I группы - международные соревнования с участием команд не менее чем из 3 государств;
- соревнования II группы – Чемпионаты, Кубки Республики Беларусь;
- соревнования III группы – первенства областей и города Минска;
- соревнования IV группы – городские и районные первенства, соревнования крупных коллективов физкультуры (в том числе высших учебных заведений);
- соревнования V группы – первенства коллективов физкультуры.

Какие популярные рекреационные соревнования туристов проводятся в Республике Беларусь? Популярностью пользуются разнообразные по форме и содержанию рекреационно-спортивные или спортивно-рекреационные соревнования туристов: туристские слеты, туристские марафоны, приключенческие гонки, тренинги (веревочные курсы). Рассмотрим содержание и основы организации рекреационных соревнований на примере туристского слета.

Организация и проведение туристских слетов.

Весьма популярным, разноплановым туристским мероприятием, имеющим «долгую» историю проведения, являются туристские слеты. Слет не является «в чистом виде» спортивным мероприятием. Соревнования в рамках слетов проводятся *без определенных, единых правил*, на относительно несложных туристских дистанциях. Результаты слета не дают возможности присвоить очередные спортивные разряды и звания их участникам.

Туристский слет – *это массовые туристские мероприятия*, где задействованы не только спортсмены-любители, целенаправленно занимающиеся спортивным туризмом, но и масса людей, интересующихся или увлекающихся туризмом, как деятельностью в свободное время (в качестве хобби). Особенность содержания и организации туристских слетов продиктованы их главными целями

Каковы цели проведения туристских слетов? Главные цели и задачи туристских слетов:

- популяризация активного туризма и пропаганда здорового образа жизни среди широких слоев населения;
- выявление сильнейших команд;
- ознакомление и обучение основам техники туризма;

- объективная оценка деятельности спортивных организаций, тренеров, спортсменов, уровня развития туризма в организации, районе, городе и т.д.;
- рекреация участников соревнований;
- обмен туристским опытом.

В зависимости от масштаба слета, состава участников приоритет отдается различным вышеуказанным целям. Например, основная цель корпоративного слета – рекреация (развлечение, оздоровление) участников с использованием средств активного туризма. Определение места, занятого конкретной командой – вторичная по значимости цель. Напротив, при проведении, например, республиканского студенческого слета цель ранжирования команд по достигнутым ими результатам является главной. Во многом, по результатам выступления команды судят об уровне туристско-спортивной работы в вузе.

Что представляет собою программа туристского слета? Туристские соревнования являются только составной частью содержания туристского слета (пусть и наиболее существенной). Традиционная программа слета является достаточно разносторонней и включает в себя следующие мероприятия:

- туристские и рекреационно-спортивные соревнования;
- конкурсы;
- развлекательные и познавательные мероприятия.

В «зачетную» программу входят состязания в туристской технике, спортивные игры, конкурсы туристской песни, туристских фотографий и т.д. Кроме того, важным компонентом программы являются и разнообразные культурно-массовые, воспитательные и образовательные мероприятия.

В туристско-спортивную программу слетов обычно включают следующие соревнования:

- соревнования по ориентированию на местности
- преодоление полосы препятствий (в технике горно-пешеходного туризма);
- соревнования на дистанции техники водного туризма;
- соревнования на дистанции техники велосипедного туризма.

В спортивную «зачетную» программу слетов обычно входят, кроме туристских состязаний, и состязания по игровым видам спорта (мини-футболу, волейболу), а также иные состязания со спортивным уклоном (например, состязания по перетягиванию каната).

Таким образом, мы можем сформулировать существенную особенность туристских слетов, оказывающую прямое влияние на управление ими – *программа туристских слетов весьма многообразна, разнопланова, что требует от организаторов управленческих усилий в проведении совершенно разных по содержанию спортивных и культурно-массовых мероприятий.*

Каково содержание дистанции слета «полоса препятствий» (дистанция техники пешеходного туризма)? В качестве примера характерной туристской дистанции слета рассмотрим «полосу препятствий» (соревнования в технике горно-пешеходного туризма).

«Полоса препятствий» – это компактно расположенная на местности (протяженность 200-500м) последовательность препятствий, характерных для пешеходных походов. Дистанция оценивает технику передвижения по препятствиям, технику страховки, технику бивачных работ. Элементами дистанции обычно являются преодоление «горных» склонов, переправ через водные препятствия и заболоченные участки, установка палаток и пр. (рисунок).

Исходя из целей и программы слетов, планируются задачи по их организации и проведению.

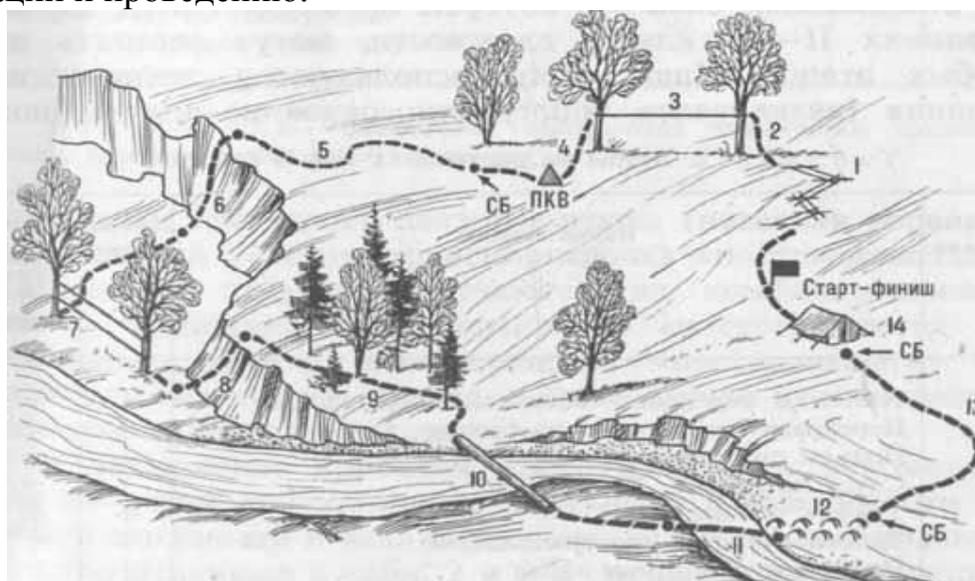


Рисунок – Дистанция полосы препятствий на равнинной местности

1 - движение по жердям; 2 - подъем на стременах; 3 - навесная переправа; 4 - спуск по веревке (дюльфер); 5 - туристское ориентирование; 6 - спуск по склону; 7 - переправа по веревке с перилами; 8 - подъем по склону; 9 - преодоление чащи; 10 - переправа по бревну; 11 - переправа вброд; 12 – «кочки»; 13 - транспортировка «пострадавшего»; 14 - установка палатки (По Э.Н. Кодышу, 1990)

Кто организует и проводит туристский слет? Слет проводит т.н. *проводящая организация*, а также привлеченные проводящей организацией судьи и вспомогательный персонал. В большинстве случаев функции проводящей организации принадлежат государственным организациям исполнительной ветви власти (Исполкомам администраций районов, городов, областей и т.д.), учреждениям образования, промышленным и иным предприятиям. Проводящая организация предоставляет финансовое, материально-техническое, транспортное обеспечение процесса проведения слета, формирует коллегия судей, ответственных за проведение слета и координирует их усилия; предоставляет ценные подарки и грамоты победителям, обеспечивает медицинское обслуживание мероприятия.

Основные функции по управлению подготовкой и проведением слета выполняет сформированная до открытия соревнований главная судейская

коллегия. Непосредственно организацией и проведением слета руководит главный судья. За объективность определения результатов слета отвечает главный секретарь. Под их руководством работают иные судьи, входящие в состав судейской коллегии слета: начальники отдельных дистанций, старшие судьи игровых и конкурсных видов программы, врач соревнований, комендант слета, судьи на дистанциях и т.д.

Что надо сделать для подготовки слета? В период подготовки слета необходимо решить следующие организационные задачи:

- назначить главного судью и главного секретаря слета, сформировать оргкомитет слета;
- разработать комплексную программу слета и сценарий его проведения;
- разработать основной нормативно-правовой документ, регулирующий проведение слета («Положения о туристском слете»);
- сформировать главную судейскую коллегию и судейскую коллегию в целом;
- выбрать место проведения туристского слета;
- согласовать вопросы размещения участников слета и их жизнеобеспечения с органами местной власти;
- спланировать и оборудовать дистанции туристских соревнований и места проведения иных соревнований;
- спланировать и разметить полевой лагерь для размещения команд-участников и судейской коллегии;
- организовать водоснабжение участников соревнований; санитарно-гигиеническое обеспечение соревнований;
- предоставить необходимые материально-технические, транспортные, финансовые ресурсы;
- приобрести ценные призы, почетные грамоты и пр.;
- всесторонне обеспечить безопасность участников (в том числе организовать медицинское обеспечение слета).

Какова структура и содержание «Положения» о туристском слете?

Положение о слете является основным нормативным правовым документом, регламентирующим его проведение. Оно не только определяет содержание и порядок проведения самих соревнований, но и отношения между организаторами, участниками, судьями. В зависимости от масштабов слета, «Положение» может быть разработано с различной степенью детализации, но, как правило, должно включать в себя некоторые общие разделы:

- *цели и задачи слета;*
- *руководство проведением слета.* Указываются организаторы, слета (проводящая организация, главный судья и главный секретарь);
- *место и сроки проведения.*

- *участвующие организации и участники соревнований.* В этом разделе указывается, какие требования предъявляются к командам и участникам (возраст, пол, квалификационные требования, состав команд и т.д.)

- *программа соревнований.* Должна включать в себя все разделы программы (дистанции, виды соревнований, конкурсы), расписание соревнований по дням, с указанием точной даты, времени и места проведения. Здесь также приводятся данные о времени и месте заседаний мандатных комиссий, заседаний судейской коллегии и т.д.

- *система оценки результатов и определение победителей.* Этот раздел положения должен быть проработан с особенной тщательностью и включать в себя порядок определения личных и командных мест, приоритеты (преимущества) при равенстве результатов у спортсменов или команд и др.

- *порядок награждения победителей и призеров.*

- *порядок и сроки подачи заявок.*

- *условия финансирования соревнований.* Данный раздел содержит сведения о расходах, которые несет проводящая соревнования организация и расходах командующих участников организаций.

Как на слетах организуется судейство, и определяются результаты команд? При определении результатов судейская коллегия руководствуется утвержденным проводящей организацией «Положением о туристском слете» и «Условиями проведения соревнований на дистанциях слета» (далее «Условиями»). Данными документами, в частности, устанавливается система штрафов за ошибки в технических действиях и величина соответствующих штрафов.

Слет – комплексное мероприятие, в зачет команд идут результаты выступления в многочисленных спортивных соревнованиях и конкурсах. В связи с этим, система определения результатов максимально упрощена. Например, команда-победитель – это команда с наименьшей суммой мест в отдельных видах программы слета (т.е. занявшая большинство первых, вторых мест).

Для определения результата команд на дистанциях туристской техники судейская коллегия оценивает два принципиальных показателя: 1) время преодоления командой (участником) дистанции; 2) технику преодоления дистанции. Первый показатель характеризует скорость выполнения технико-тактических действий и передвижения по дистанции, а второй – качество (правильность) выполнения технико-тактических действий (уровень технико-тактической подготовленности).

Технику преодоления дистанции оценивают с помощью максимально упрощенной системы штрафов. Обычно штрафы устанавливаются во временном эквиваленте, но могут быть выражены и в баллах. Штрафы четко ранжируются по степени «тяжести» нарушения. Обычно в практике проведения туристских слетов выделяют три группы нарушений по степени «тяжести». Не «грубые» нарушения (например, не завинченная муфта

карабина) оцениваются штрафом 30с (1 балл). Нарушения «средней тяжести» (например, неправильно завязанный узел) оцениваются штрафом 60 с (2 балла). «Серьезные» нарушения (например, потеря самостраховки) оцениваются штрафом 90 с (3 балла) [Ю.С. Константинов, 2003]. Пример оценки техники (системы штрафов) на дистанции «Полоса препятствий» слета учащихся представлен в таблице.

Результат команды на полосе препятствий складывается из общего времени преодоления полосы и штрафного времени. Указанная методика определения результата является рациональной для проведения слетов. Она сознательно упрощена, доступна для работы судей, не имеющих большого туристского опыта; полностью соответствует содержанию дистанции и целям проведения слета, как рекреационного мероприятия.

Таблица – Пример характерных препятствий и система штрафных баллов дистанции туристского слета «полоса препятствий в технике пешеходного туризма» (по Ю.С. Константинову, 2003)

Препятствие (техническое задание)	Технические ошибки	Величина штрафа
Вязка узлов	отсутствие контрольного узла	30 с (1 балл)
	неправильно завязанный узел	60 с (2 балла)
Переправа по натянутой веревке с перилами	не завинченная муфта карабина	30 с (1 балл)
	двое на этапе падение с веревки с зависанием на судейской страховке	90 с (3 балла) 180 с (6 баллов)
Подъем по склону с использованием перил	неправильно завязанный узел	60 с (2 балла)
	не завинченная муфта карабина	30 с (1 балл)
	двое на этапе	90 с (3 балла)
	падение с зависанием на самостраховке	60 с (2 балла)
	потеря самостраховки	90 с (3 балла)
потеря снаряжения	30 с (1 балл)	

Какие спортивные туристские соревнования проводятся в Республике Беларусь? В виде спорта «туризм спортивный» приняты две формы проведения соревнований: *очная и заочная*. Соревнования в виде спорта «туристско-прикладные многоборья» проводятся в обычной очной форме соперничества команд. Отдельный вид соревнований – *соревнования по технике поисково-спасательных работ*.

В чем заключается заочная форма соревнований? Такая форма соревнований применялась ранее в СССР и используется в настоящее время в Республике Беларусь. Заочные соревнования в виде спорта «туризм спортивный» проводятся в программе *классифицированных маршрутов*. Спортивная группа заявляет разработанный ею маршрут для участия в соревнованиях (например, на участие в чемпионате Республики Беларусь, открытом чемпионате Российской Федерации группы заявляют технически сложные маршруты походов пятой, шестой категорий сложности).

Участники соревнований проходят разработанный ими маршрут. После окончания похода, в установленные сроки руководитель похода представляет отчет в МКК. Комиссия рассматривает отчетные материалы всех участвовавших в соревнованиях команд и определяет победителя и призеров.

В чем заключаются очные соревнования? Очные соревнования в соответствии с разрядными требованиями и временными «Правилами соревнований» проводятся в *ранге чемпионата Республики Беларусь* по разным видам спортивного туризма (пешеходному, лыжному, водному и пр.). Очные соревнования проводятся в соответствии с утвержденными нормативными документами («Положением о соревнованиях» и «Условиями проведения соревнований»).

Очные соревнования заключаются в преодолении командами классифицированных маршрутов. При этом команды проходят маршруты в одном районе, в одно время, при примерно сходных погодных условиях. Предусмотрен общий старт, общее контрольное время и единое место финиша. Команды должны пройти ряд обязательных технически-сложных препятствий, где их работу оценивает судейская коллегия. Таким образом, в случае очных соревнований команды ведут спортивную борьбу в максимально сходных условиях.

Каково содержание соревнований по туристско-прикладным многоборьям? Соревнования по туристско-прикладным многоборьям (ТПМ), в технике различных видов туризма, заключаются в *преодолении дистанций, требующих от туристов владения всеми компонентами туристской техники, а также решения комплекса тактических задач в данных компонентах.* Компонентами туристской техники являются разновидности туристской техники: техника передвижения и страховки на естественных препятствиях; техника ориентирования на местности, техника бивака и поисково-спасательных работ.

Какие виды дистанций преодолевают участники соревнований по ТПМ? Состав дистанций ТПМ одинаков в соревнованиях в технике горно-пешеходного и лыжного туризма. Соревнования по ТПМ проводятся как *лично-командные.* Начиная с IV группы соревнований, участниками и командами преодолеваются два вида дистанций *длинная дистанция* и *короткая дистанция.* В итоге, результат соревнований определяется на 4-х дистанциях – личной и командной короткой, личной и командной длинной.

Что представляет собою длинная дистанция соревнований в технике горно-пешеходного туризма? Длинная дистанция ТПМ – это протяженный маршрут (до 11км на местности), содержащий набор технических этапов. Длинная дистанция является своеобразной моделью маршрута спортивного похода, а ее технические этапы моделируют, в свою очередь, естественные препятствия, характерные для данного вида туризма.

На этой дистанции оценивается уровень мастерства спортсменов, прежде всего, в следующих компонентах туристской техники и тактики:

- В технике и тактике ориентирования на местности;

- В технике и тактике передвижения по элементам естественного рельефа местности и по выделенным в виде технических этапов естественным препятствиям;
- В технике и тактике организации командной страховки и само страховки при преодолении естественных препятствий;
- В технике и тактике спасательных работ.
- В технике туристского бивака.

В соответствие с оцениваемыми компонентами техники на длинной дистанции устанавливаются ряд технических этапов.

Какие технические этапы устанавливаются на длинной дистанции ТПМ в технике горно-пешеходного туризма? Количество этапов длинной дистанции: не более 6 для личных и 9 для командных дистанций 2-5 класса. Два этапа командной дистанции должны иметь сложность, соответствующую ее классу и не менее двух этапов должно соответствовать предыдущему классу сложности. Для личных дистанций – один этап должен соответствовать классу дистанции и два – предыдущему классу.

Характерными для соревнований по ТПМ в технике горно-пешеходного туризма являются следующие этапы:

- преодоление склона со страховкой (подъем, траверс, спуск);
- переправы через реку с организацией страховки (переправа вброд, по клади, навесная),
- переправы через «сухой каньон»;
- этапы ориентирования на местности (по азимуту, в заданном направлении, по заданной линии),
- транспортировка «пострадавшего» по различным элементам рельефа и различными средствами (на вязаных носилках, по склону с сопровождающим).

Что представляет собою короткая дистанция соревнований в технике горно-пешеходного туризма? Короткая дистанция ТПМ – это дистанция туристской техники. Она не подразумевает движения команды и участников по протяженному маршруту на местности, а заключается в преодолении характерных для каждого вида туризма естественных *локальных* препятствий с выполнением командами заданных условиями соревнований технико-тактических действий. Короткая дистанция не разбивается на отдельные технические этапы, а является единой.

Короткая дистанция в технике горно-пешеходного туризма – это, прежде всего, *преодоление командами и участниками локальных участков склонов различной сложности* (подъем-траверс-спуск) с организацией страховки. Соответственно на короткой дистанции ТПМ акцент делается на оценку двух компонентов туристской техники: *техники передвижения по естественным препятствиям и техники страховки*. Кроме того, на соревнованиях ТПМ класса высших разрядов и мастеров, на коротких дистанциях может оцениваться и *техника транспортировки*

«пострадавшего» по склону (на вязаных носилках, на сопровождающем участнике и пр.)

2 ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

2.1 Содержание учебного материала к практическим занятиям

Целью практических занятий является обучение студентов основами туристской техники и тактики (основные средства и приемы преодоления естественных препятствий, ориентирования на местности, бивачных и поисково-спасательных работ), основами топографии (классификация картографического материала; условные знаки и графические средства, используемые для изготовления топографических карт), основами жизнеобеспечения участников туристских походов, приемам обучения туристическим упражнениям, методам обучения туристическим упражнениям, а также принципам планирования и разработки маршрутов туристских походов, дистанций туристских соревнований;

Практические занятия проводятся с использованием оборудования и снаряжения, которые есть в наличии на кафедре спортивно-педагогических дисциплин.

Тематика практических занятий соответствует программе по учебной дисциплине «Туризм», а последовательность их выполнения определяется преподавателем.

2.1.1 Практические занятия

План практического занятия №1

Тема. Определение риска в туристской деятельности; объективные и субъективные факторы риска.

Вопросы:

1. Понятие «риск» («опасность») по отношению к туристской деятельности.
2. Классификация факторов риска на основании периода их воздействия (предварительные, непосредственные) и роли личности в возникновении потенциальной опасности (объективные и субъективные).
3. Объективные факторы риска в туризме.
4. Субъективные факторы риска в туризме.

План практического занятия №2

Тема: Методика комплектования медицинской аптечки и основы оказания первой (доврачебной) помощи в походных условиях.

Вопросы:

1. Характерные травмы и заболевания туристов в активных путешествиях.
2. Принцип комплектования туристской медицинской аптечки. Особенности комплектования туристской аптечки в зависимости от вида похода по способу передвижения и его сложности.

3. Характерные лекарственные препараты и материалы, которыми комплектуются туристские аптечки.
4. Первая помощь при травматических поражениях, ожогах и отморожениях.
5. Техника остановки кровотечения: наложения жгута, давящих повязок.
6. Первая помощь при переломах конечностей. Техника фиксации костных отломков (наложения шин) подручными средствами.
7. Противошоковые и реанимационные мероприятия.

План практического занятия №3

Тема. Основы туристской техники передвижения и страховки на классифицированных участках маршрута.

Вопросы:

1. Характерные локальные и протяженные естественные препятствия на маршрутах пеших и лыжных походов по равнинной (пересеченной) местности.
2. Классификация способов переправы через водные препятствия.
3. Понятие страховки при преодолении горных склонов и на переправах через водные препятствия. Средства страховки. Понятия «основная веревка» и «страховочные перила». Характерные индивидуальные средства страховки: страховочная система, ус само страховки, петля само страховки из репшура.
4. Узлы, применяемые в туризме при работе с веревкой. Техника вязки узлов.
5. Классификация техники страховки. Понятия «само страховка», «взаимная страховка», «массовая (перильная) страховка».

План практического занятия №4

Тема. Основы туристской техники передвижения и страховки на классифицированных участках маршрута.

Вопросы:

1. Классификация лесных массивов и заболоченных участков местности на основании их проходимости.
2. Классификация способов переправы через водные препятствия.
3. Туристская техника передвижения в пеших и лыжных походах. Техника передвижения по лесным массивам разной степени проходимости.
4. Характерная структура классифицированных участков маршрута в пеших и лыжных походах по равнинным и горным территориям.
5. Понятие страховки при преодолении горных склонов и на переправах через водные препятствия.

План практического занятия №5

Тема. Основы туристской техники передвижения и страховки на

классифицированных участках маршрута.

Вопросы:

1. Техника взаимной страховки. Одновременная страховка. Попеременная нижняя и верхняя страховка.
2. Понятие «страховочная цепь» и характеристика элементов страховочной цепи.
3. Техника страховки на переправах через водные препятствия. Понятие «система полиспаста» и порядок натяжения основной веревки системой полиспаста.
4. Техника переправ через водные препятствия. Переправа вброд. Признаки брода и организация переправы вброд.
5. Переправы над водой (по камням, по бревну, навесная переправа).
6. Особенности техники переправ в зависимости от характера реки - ее ширины и глубины, скорости течения, температуры воды. Выбор места времени и способа переправы, их взаимосвязь и взаимообусловленность.

План практического занятия №6

Тема. Топографическая подготовка туриста и техника ориентирования на местности.

Вопросы:

1. Содержание понятия «ориентирование на местности». Ориентиры местности и их классификация.
2. Способы определения точки стояния на местности и направления движения. Техника определения точки стояния способом обратной засечки.
3. Определение направления движения на местности по компасу, по небесным светилам, по просекам и квартальным столбам, по природным знакам.
4. Измерение азимута на видимый ориентир. Техника точного движения по азимуту на местности с применением компаса. Техника движения на местности с чтением карты.

План практического занятия №7

Тема. Топографическая подготовка туриста и техника ориентирования на местности.

Вопросы:

1. Способы измерения расстояний на местности: глазомерный способ измерение шагами.
2. Определение расстояний по известным линейным размерам отдаленного объекта, по скорости и времени движения группы.
3. Определение ширины реки или иного недоступного для прямого измерения препятствия геометрическим способом.
4. Способы измерения крутизны склонов на местности: глазомерный

способ, туристским угломером.

План практического занятия №8

Тема. Основы жизнеобеспечения туристов в природной среде и техника бивачных работ.

Вопросы:

1. Объективные факторы внешней среды, формирующие требования к жизнеобеспечению участников похода. Факторы физической трудности маршрута, его технической сложности и их воздействие на участников спортивных походов.
2. Понятия «туристский бивак» и «техника бивачных работ». Требования к организации бивака туристской группы. Техника организации ночлега в палатках. Требования, предъявляемые к палаткам для активного туризма и личному бивачному снаряжению.
3. Правильная организация питания как важный фактор жизнеобеспечения группы. Особенности техники приготовления горячего питания для туристской группы в лесной и безлесной зоне, зимой и в межсезонье.
4. Виды костров; применение их в зависимости от назначения. Разжигание костра в сложных метеоусловиях.

План практического занятия №9

Тема. Организация и проведение туристских соревнований учащихся, туристских слетов и иных массовых туристских мероприятий.

Вопросы:

1. Соревнования школьников по технике туризма. Цели и задачи соревнований школьников.
2. Содержание и параметры характерных дистанций соревнований школьников: дистанции туристской техники (полоса препятствий) и контрольно-туристского маршрута.
3. Требования по обеспечению безопасности участников соревнований учащихся.
4. Методика организации и проведения туристских соревнований учащихся. Задачи, решаемые оргкомитетом соревнований и судейской коллегией в период подготовки и проведения соревнований
5. Цели и задачи туристских слетов. Программа туристских слетов.
6. Спортивная и конкурсная программы туристских слетов. Содержание спортивной программы слетов (виды дистанций и соревнований) и конкурсной программы.

План практического занятия №10

Тема. Содержание соревнований по туристско-прикладным многоборьям (ТПМ) и классификация дистанций ТПМ.

Вопросы:

1. Нормативные документы вида спорта «ТПМ»: «Правила соревнований по ТПМ» и разрядные требования Единой спортивной классификации Республики Беларусь.
2. Содержание соревнований по ТПМ; виды дистанций ТПМ.
3. Классы сложности дистанций ТПМ. Методика классифицирования дистанций ТПМ.

2.2 Содержание учебного материала к семинарским занятиям

Целью семинарских занятий является обучение студентов основам структуры туристской деятельности, основами топографии (чтение топографической и спортивной карты по условным знакам, компас и техника измерения азимута по карте, способы ориентирования на местности), углубление и проверка знаний, умений и навыков, полученных на лекциях и практических занятиях.

Семинарские занятия проводятся с использованием оборудования и снаряжения, которые есть в наличии на кафедре спортивно-педагогических дисциплин.

Тематика семинарских занятий соответствует программе по учебной дисциплине «Туризм», а последовательность их выполнения определяется преподавателем.

2.2.1 Семинарские занятия 1

Тема: Понятия «экологический туризм» и «краеведение». Характеристика экологических и краеведческих туристских походов.

Вопросы:

1. Понятие «экологический туризм». Характеристика экологических походов.
2. Формы познавательной деятельности на маршруте похода: экологические экскурсии, знакомство с охраняемыми растениями и характерными растительными сообществами, с памятниками природы и животным миром района путешествия.
3. Понятия «экологическая экскурсия» и «экологическая тропа». Характеристика экскурсии по маркированным тропам на маршруте экологических походов.
4. Понятия «краеведение» и «краеведческий поход». Характеристика краеведческих походов.
5. Цели и задачи краеведческого похода с учащимися. Содержание краеведческой работы в период подготовки и проведения похода.
6. Объекты краеведческих наблюдений в походных условиях. Виды и формы организации простейших краеведческих наблюдений и оцениваемые характеристики погодных условий: атмосферное давление, температура и влажность воздуха, направление и сила ветра.

Признаки устойчивой и ясной погоды; признаки перемены погоды, приближения грозы; виды облачности.

Содержание занятия.

Что означает понятие «экологический туризм»? Термин «экологический туризм» ввел в обращение мексиканский экономист-эколог Гектор Цебаллос-Ласкурейн в 1983г. Он понимал экотуризм, как «сочетание путешествия с экологически чутким отношением к природе, позволяющим объединить радость знакомства и изучение образцов флоры и фауны с возможностью способствовать их защите». Таким образом, это туризм ответственный перед природой, способствующий ее защите, повышающий экологическую культуру путешественника, выполняющий просветительскую функцию, реализующий уважительное отношение к традиционным культурам и местным сообществам.

Существует множество «официальных» определений экотуризма. Приведем, например, определение, представленное Всемирным Фондом дикой природы: *«Экотуризм – это туризм, включающий путешествия в места с относительно нетронутой природой с целью получить представление о природных и культурно-этнографических особенностях данной местности, который не нарушает при этом целостности экосистем и создает такие экономические условия, при которых охрана природы и природных ресурсов становится выгодной для местного населения»*. В нем ясно обозначена среда путешествий (относительно нетронутые природные территории). В нем указана цель путешествий (удовлетворение потребности людей общаться с природой, *познавать природу*). Обозначены обязательные требования к экологическим путешествиям. Экологический туризм несет обязательную *функцию заботы о сохранности природы*, предотвращает негативные влияния туризма на окружающую среду. Он одновременно предусматривает *экономические стимулы* для туроператоров, местных администраций и населения к содействию охраны природы, сохранению культурных традиций региона.

Что означает понятие «устойчивый туризм»? *Под устойчивым туризмом понимаются любые формы освоения территорий, связанных с развитием туризма, обеспечивающие длительную сохранность природных ресурсов и культуры и являющиеся социально, и экономически приемлемыми и справедливыми*. Таким образом, те виды туристской деятельности, которые имеют наиболее высокий суммарный положительный эффект с точки зрения сохранения природных богатств, улучшения состояния окружающей среды, экономического и социального развития региона осуществления туристской деятельности, являются более устойчивыми.

Каковы основные принципы, по совокупности которых экологический туризм отличается от иных разновидностей туристской деятельности? Основные принципы экотуризма указаны, в частности А.В. Дроздовым (2005). Экологический туризм:

- обращен к природе и основан на использовании преимуществ природных ресурсов;
- не наносит ущерб природной среде или допускает минимальный ущерб, не подрывающий ее устойчивость;
- нацелен на экологическое просвещение, на формирование отношений партнерства с природой;
- заботится о сохранении местной культурной среды;
- экономически эффективный; обеспечивает устойчивое развитие тех районов, где он осуществляется.

Об экологическом туризме в его действительном понимании следует говорить только тогда, когда при проведении мероприятия (экотура) *соблюдаются все пять указанных принципов* (Рисунок). Действительно, отдельные указанные принципы организации и проведения туристских мероприятий характерны и для иных разновидностей туризма. Например, спортивный туризм так же основан на использовании природных ресурсов и нацелен на минимальный ущерб природной среде, но при этом в его задачу не входит экологическое просвещение участников, он в большинстве случаев никак не обеспечивает устойчивое развитие тех районов, где осуществляется.

Экологический туризм (как туристский продукт) может реализоваться в различных формах. Наиболее востребованными из них являются следующие формы: экологические экскурсии (прогулки по экологической тропе, посещение музеев на территории национальных парков, экскурсии в хозяйства с передовой «экологичной» сельскохозяйственной технологией и т.д.), сельский туризм (проживание в агроусадьбах) и пр. Мы остановимся более подробно только на одной из активных форм экологического туризма – экологических походах.

Что подразумевает понятие «экологический поход»? Можно определить его, как *относительно кратковременное путешествие (обычно не более 7-10 дней) по сохраненным природным территориям с активными способами передвижения, с целью экологического просвещения туристов и рекреации*. Разумеется, при организации и проведении похода должны соблюдаться все ранее указанные принципы экологического туризма.

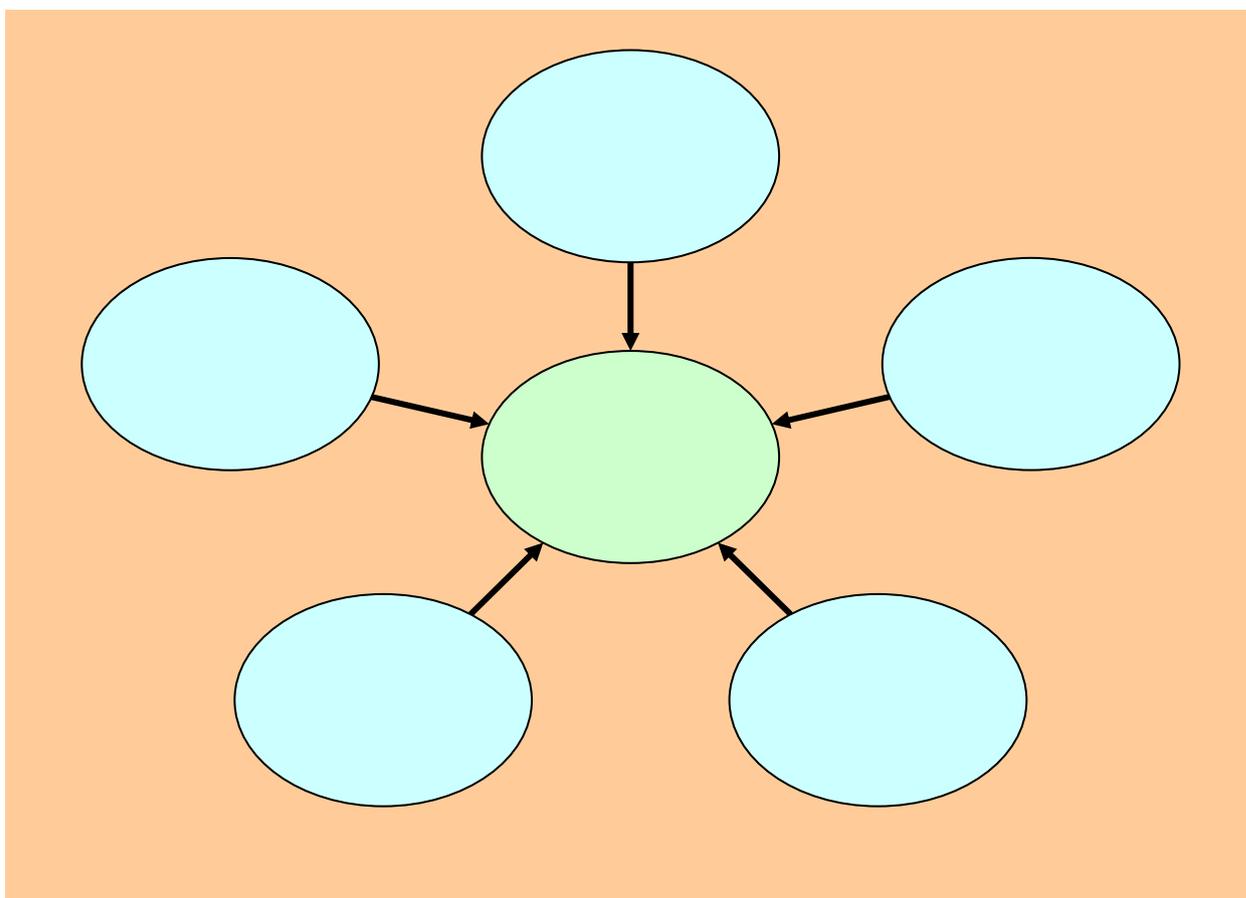
Никакой поход не будет являться экологическим в строгом значении данного слова, если он не несет в себе *познавательного компонента*, заложенного в виде решения ряда познавательных задач. Это может быть знакомство с типичными для данного района сообществами растений, наблюдение за птицами и животными, знакомство с характерными и уникальными ландшафтами и многое другое. Иными словами, экологическое просвещение туристов происходит в процесс реализации похода не спонтанно, а целенаправленно.

Проведение экологических походов, наряду с другими формами экологического и рекреационно-оздоровительного туризма должно обеспечивать устойчивое развитие тех районов, где они осуществляются. Экологические походы, как туристская услуга, должны приносить прибыль,

(в «пакете», наряду с иными услугами, предоставляемыми национальным парком), а массовость участия в них определяется соответствующим уровнем туристского менеджмента и маркетинга.

Какие преимущества имеет экологический поход по сравнению с иными формами экологического туризма? Поход, как форма путешествия, создает возможность для наиболее полного и относительно длительного «погружения» туристов в природную среду. Сама обстановка (антураж) похода позволяет с наибольшей эффективностью «впитывать» новую для себя информацию об окружающей среде.

Поход предоставляет возможность для обзора достаточно большой территории и, соответственно, наиболее полного знакомства с характерными ландшафтами, растительным и животным миром выбранного района и т.д. Не следует забывать и про физическую нагрузку в походе, как эффективный способ оздоровления участников. *Сочетание активной рекреации и познания* составляет «изюминку» данной формы экологических путешествий.



Какие разновидности экологических походов используются на практике? Разновидности экологических походов выделяют на основании их познавательных объектов. Можно в этом случае говорить о ботанических, зоологических, геологических, эколого-этнографических, ландшафтно-географических, эколого-культурных, спелеологических и прочих походах.

Классифицируют экологические походы и *по средствам передвижения*. Наиболее приемлемыми для выполнения целей экологического просвещения следует признать пеший поход (треккинг), водный поход на гребных судах и велосипедный поход. Способ передвижения диктуется, в том числе, стоящими перед походом конкретными задачами. Например, если речь идет о знакомстве с экосистемами болот, то наиболее приемлемым является пеший поход.

Что означает понятие «краеведение»? В широком смысле краеведение может рассматриваться как метод комплексного (всестороннего) изучения какой-либо определенной, выделяемой по административным, или хозяйственным признакам относительно небольшой территории. То есть изучение физической географии, истории, культуры, экономики, этнографии и т. д. «родного края».

В узком смысле краеведение связывают с всесторонним изучением географии родного края. Краеведение можно рассматривать как «малую географию», точнее, как малое страноведение (А.С. Барков, 1961). Говоря о краеведении, чаще всего понимают его именно как краеведение географическое где, также, как и в географии, предметом изучения является местность, территория.

В задачу туристского краеведения входит, скорее, не получение новых научных знаний о родном крае, но краеведческое образование и воспитание участников туристской деятельности. Таким образом, туристское краеведение мы можем определить, как *получение всесторонних знаний о родном крае, в том числе методами и средствами туризма*.

Формы краеведческой работы:

- Краеведческие наблюдения
- Краеведческое самообразование (в библиотеке)
- Краеведческие лекции

Но есть понятие туристского краеведения, где туризм выступает как средство проведения краеведческой работы.

Формы краеведческих туристских путешествий различны

- Краеведческая экскурсионная поездка
- Краеведческий (рекреационно-познавательный) поход.

С какой целью проводят краеведческие походы в школе? Опыт краеведческой деятельности свидетельствует о том, что получение готового «книжного» «лекционного» знания о родном крае малоэффективно, если оно не подкреплено самостоятельным изучением окружающей действительности, ее предметов и явлений. Наоборот, познание будет более эффективным, если обычные (традиционные) уроки по истории, географии и пр. дополняются в школе различными формами краеведческой работы (экскурсиями, походами, наблюдениями).

В *краеведческом походе* учащиеся преодолевают активными способами передвижения маршрут относительно небольшой протяженности (обычно в течение 2-х – 3-х дней) с акцентом на знакомство, изучение краеведческих

(познавательных) объектов. Основное отличие краеведческого похода от экскурсии заключается в том, что в походе преследуется цель *наблюдения по широкой программе*, встречающихся на маршруте объектов, тогда как экскурсия ставит перед собой задачу изучения строго отобранных объектов по специальной программе (А.С. Барков).

Каковы цели и задачи краеведческих походов с учащимися? В краеведческом походе педагог решает комплекс задач:

- рекреации (оздоровления) учащихся средствами активного туризма;
- образования (обучения) с использованием в качестве предмета познания географии, истории и т.д. родного края;
- воспитания (гражданственности, патриотизма иных личностных качеств).

Прежде всего, для участников туристского похода (школьников) в рамках изучения учебных дисциплин, будут интересны сведения о географии экологии и истории родного края:

- о характерных ландшафтах,
- о гидрографии,
- о рекреационных ресурсах,
- о характерных растительных сообществах,
- о животном мире, охраняемых животных и растениях,
- о лекарственных и съедобных растениях и пр.,
- об исторических событиях,
- об известных людях, проживавших на данной территории.

Почему изучение родного края в походных условиях эффективно?

Правильно организованный краеведческий поход – это мероприятие, которое имеет одновременно черты и туризма, и исследовательской экспедиции. Учащиеся не просто знакомятся с объектами показа (наблюдают), но можно сказать сами «добывают» знания в процессе активного познания особенностей территории. В рамках похода педагог не только проводит традиционную экскурсионную работу, но и организует самостоятельные наблюдения учеников за природными объектами, сбор гербария, материалов для геологических коллекций, проведение измерений и простейших анализов (например, уровня, качества воды в природных водоемах). Такое активное, творческое познание мира является необходимым дополнением к изучению его «по учебнику»

Как организовать и провести краеведческий поход? Для выполнения плана похода (рекреационного и образовательного) необходимо:

- организовать экскурсии, наблюдения, исследовательскую работу участников похода, сбор образцов для составления коллекций;
- организовать участие в посильной общественно полезной работе (например, по очистке природных территорий от антропогенного мусора);

- организовать физическое воспитание участников похода (точное соблюдение правильного режима в походе, правильная организация движения по маршруту, организация активных игр, использование естественных оздоровительных природных факторов (воздуха, солнца и воды);

- обеспечить в условиях похода полноценное питание, отдых, ночлег и т.д.

Всю эту работу руководитель обязан организовать на основе широкого развития самостоятельности и активности участников похода, поощрения их инициативы и творчества.

Отметим, что в случае краеведческих походов познавательный аспект специально и тщательно планируется при его организации: намечаются экологические экскурсии на маршруте, общественно-полезные работы, связанные с охраной природы родного края и т.д. Поэтому краеведческий поход – это разновидность *рекреационно-познавательного* похода.

Условно можно разделить задачи по подготовке краеведческого похода на две категории:

- общие для различных походов (выбор снаряжения, оформление документов и т.д.)

- специфические (определение экскурсионных объектов на маршруте, подготовка текста экскурсии и пр.).

Как организовать краеведческие наблюдения и экскурсионную работу на маршруте? Изучение родного края в походных условиях осуществляется главным образом на основе непосредственных наблюдений под руководством педагога, экскурсовода. Объекты краеведческого образования и наблюдений, краеведческие экскурсии могут быть разнообразными, в зависимости от познавательной направленности самого туристского мероприятия.

Экскурсия (от лат. *excursio* - поездка) – коллективное или индивидуальное посещение достопримечательных мест, музеев и т.п. в учебных или культурно-просветительных целях под руководством экскурсовода.

Экскурсионный объект – достопримечательность, вызывающая широкий интерес; является первоосновой экскурсии. К экскурсионным краеведческим объектам относятся памятники истории и культуры (здания, памятники выдающимся людям, мемориалы и др.), природные объекты (памятники природы, элементы ландшафта) (рисунок). Показ экскурсионных объектов обычно сопровождается рассказом экскурсовода о нем.

Краеведческие экскурсии – очень сложный вид работы в рамках туристских мероприятий. Соответственно экскурсии, демонстрации на маршруте похода требуют и тщательной подготовки, включающей выбор места и объектов для обозрения и изучения, предварительное составление подробного плана экскурсии, знакомство с литературой о тех местах, которые будут посещаться и т.д. В школьном краеведческом походе

руководитель (он же и педагог) намечает так же, что именно должно быть собрано в походе для учебных занятий, и школьных коллекций. Это может быть, например, сбор ботанического гербария.

Вопросы к семинарским занятиям составлены на основе программы по дисциплине и лекционному материалу.

Вопросы к семинару:

1. Что означает понятие «экологический туризм»?
2. Что означает понятие «устойчивый туризм»?
3. Каковы основные принципы, по совокупности которых экологический туризм отличается от иных разновидностей туристской деятельности?
4. Что подразумевает понятие «экологический поход»?
5. Какие преимущества имеет экологический поход по сравнению с иными формами экологического туризма?
6. Какие разновидности экологических походов используются на практике?
7. Что означает понятие «краеведение»?
8. Формы краеведческой работы?
9. С какой целью проводят краеведческие походы в школе?
10. Каковы цели и задачи краеведческих походов с учащимися?
11. Почему изучение родного края в походных условиях эффективно?
12. Как организовать и провести краеведческий поход?
13. Как организовать краеведческие наблюдения и экскурсионную работу на маршруте?

2.2.2 Семинарские занятия 2

Тема. Топографическая подготовка туриста и техника ориентирования на местности

Вопросы:

1. Техника чтения топографической и спортивной карты по условным знакам. Простейшие способы измерения расстояний и площадей по карте.

2. Понятие «азимут». Азимуты истинный и магнитный. Понятие «магнитное склонение».

3. Компас и техника измерения азимута по карте. Способ перехода от истинного азимута к магнитному азимуту.

4. Понятие картографической генерализации. Зависимость степени генерализации карты от ее масштаба, особенностей картографируемой территории и назначения карты.

5. Разработка маршрута похода с использованием топографических карт, туристских карт и картосхем.

Содержание занятия.

Топографические и туристские карты применяются как для разработки маршрута в предпоходный период, так и для эффективного ориентирования на местности непосредственно во время похода. И в том и в другом случае работа с картой предполагает проведение необходимых измерений. Ниже мы приводим методику основополагающих для туризма измерений с применением карты и специальных инструментов.

Как измерить необходимое расстояние (отрезок маршрута) на карте? Измерение расстояний включает два действия: во-первых, измеряют длину необходимой линии движения на самой карте (в сантиметрах); во-вторых, вычисляют необходимое расстояние на местности в метрах, километрах, исходя из масштаба карты.

При определении расстояния заданная линия на карте (отрезок маршрута) измеряется, и полученный результат в сантиметрах умножается на величину масштаба. Измерение длин кривых линий на карте производится

последовательным отложением «шага» циркуля-измерителя (рисунок).

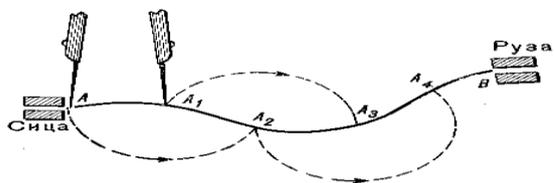


Рисунок – Измерение расстояний «шагом» циркуля

Величина «шага» циркуля зависит от степени «извилистости» линии, но, как правило, не должна превышать 1 см. После прохождения циркулем всей линии, число «шагов» умножают на величину раствора циркуля, выраженную в масштабе. Длина извилистой линии, измеренной таким образом на карте, всегда несколько меньше ее действительной длины на местности, так как измеряются не сама кривая линия, а хорды отдельных участков этой кривой.



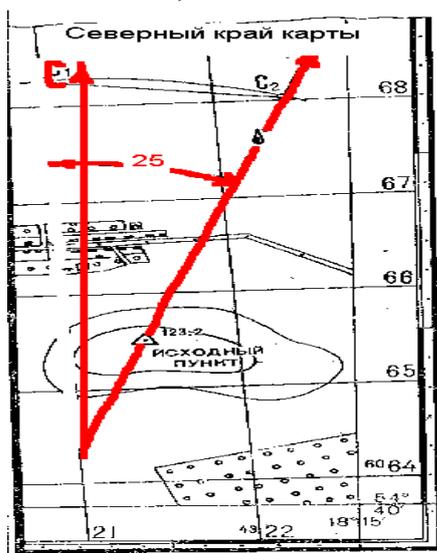
Наиболее точно расстояния на карте (как прямые, так и кривые линии) измеряют специальным инструментом – *курвиметром*.

Рисунок – Механический курвиметр. На шкале показывает расстояние (в сантиметрах), которое «проехало» зубчатое колесико по линии карты.

Как на карте измеряют площади?

Примерное измерение площадей на топографической карте осуществляют *по квадратам километровой сетки*. Площадь нужного участка местности определяется подсчетом целых квадратов и их долей, оцениваемых на глаз. Каждому квадрату километровой сетки соответствует на картах масштаба 1:25000 и 1:50000 – 1 кв. км местности, на картах масштаба 1:100000 – 4 кв. км, на картах масштаба 1:200000 – 16 кв. км. Примерное определение площадей можно так же вести по карте *геометрическим способом*. Участок разбивается прямыми линиями на подходящие геометрические фигуры: прямоугольники, треугольники, трапеции. Площади этих фигур вычисляют по формулам геометрии, измерив предварительно необходимые величины.

Как на карте определяют направления движения? Направления движения задаются т.н. *азимутом* (от арабского ас-сумут - пути, направления). Азимут – это угловое направление на необходимый ориентир относительно истинного (географического) или магнитного севера. Определим, что *азимут* – это угол от 0° до 360° , измеряемый по часовой стрелке между направлением на север (истинный или магнитный) и направлением на заданный ориентир. Движение по азимуту (компасным курсом) позволяет перемещаться по прямой линии в направлении невидимого, отдаленного объекта (рисунок).



Азимут принимает значения от 0 до 360° (0° – Север; 90° – Восток; 180° – Юг; 270° – Запад).

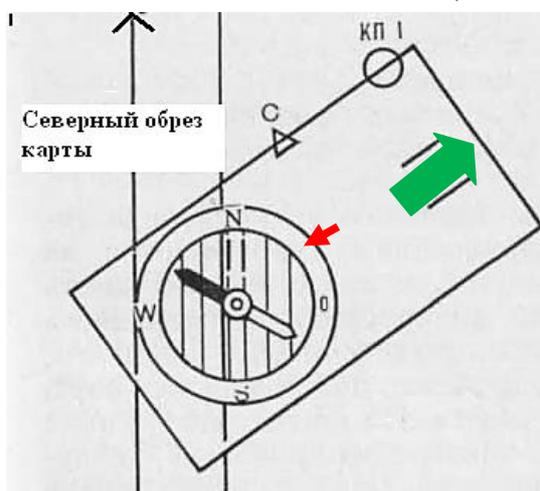
Рисунок – направление движения (азимут) от вершины холма до объекта башенного типа.

Измеренный (истинный) азимут – это угол между направлением на север и направлением на промышленный объект (равен примерно 25 градусам)

На топографической или спортивной карте с помощью измерения азимута осуществляется следующим образом (рисунок).

- Гранью подложки спортивного компаса на карте объединяют исходный ориентир движения (треугольник старта на рисунке) и целевой ориентир (контрольный пункт 1 на рисунке). При этом планшет разворачивают так, чтобы нанесенная на нем стрелка (указатель направления движения) была обращена в сторону целевого ориентира.

- Вращением шкалы азимутов, не обращая внимания на магнитную стрелку компаса, выводят значение 0° (N) (соответствующее направлению на Север) в сторону северного обреза карты, при этом красные ориентирующие линии на дне колбы компаса должны установиться параллельно линиям истинного или магнитного (на спортивной карте) меридиана.



- Указатель азимутов на планшете компаса (красная стрелка напротив колбы компаса) показывает на шкале нужный истинный азимут.

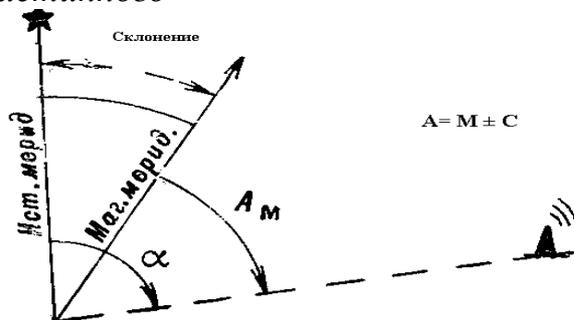
Рисунок – техника измерения азимута на карте. Ребрами компаса объединены старт и первый контрольный пункт. Указатель направлений компаса (зеленая стрелка) направлен на КП 1. Значение «севера» на шкале азимутов (0° (N)) соответствует северу на карте. Значение нужного азимута – на шкале, напротив указателя азимутов (красная стрелка) (по В.И. Ганопольскому, 1987)

Что такое «магнитное склонение»? Компас необходим не только для измерения нужного азимута движения, но и собственно для точного

движения определенным азимутом. Стрелка компаса, однако, ориентируется вдоль магнитного, а не географического меридиана (вдоль силовых линий магнитного поля Земли). В то же время *направления магнитных и географических (истинных) меридианов не совпадают друг с другом* вследствие различной локализации магнитных и географических полюсов Земли и других факторов «местного» значения (магнитных аномалий).

Перед началом движения по азимуту в его значение, измеренное на топографической карте надо внести поправку на несовпадение географического и магнитного меридианов для данной местности (*поправку на магнитное склонение*).

Магнитное склонение – это угол отклонения магнитного меридиана от истинного (географического) в данной точке земной поверхности. Другими словами – это угловая величина отклонения магнитного азимута от истинного (рисунок).



α – Значение истинного азимута (угол между истинным меридианом и направлением на целевой объект (промышленное здание)). A_M – магнитный азимут (устанавливается на компасе при движении к объекту). Склонение – угловая величина отклонения истинного азимута от магнитного.

Рисунок – Магнитное склонение.

Магнитное склонение со знаком «+» принято считать в наших широтах восточным; склонение со знаком «-» принято считать западным. Переход от истинного азимута к магнитному азимуту производится на основании следующей расчетной формулы:

$A = M \pm C$, где A – истинный азимут; M – магнитный азимут; C – магнитное склонение (со своим знаком).

Например, определенный по топографической карте азимут движения равен 100° . Восточное склонение в данном районе равно 4° . Исходя из вышеуказанной формулы, получаем: $100^\circ = M + 4^\circ$. Соответственно для верного движения на местности к выбранному ориентиру на компасе следует установить величину магнитного азимута $M = 96^\circ$. **Внимание!** На спортивной карте изначально показаны не истинные, а магнитные меридианы. Измеренный по такой карте азимут является магнитным и двигаться на выбранный ориентир местности по компасу следует без каких-либо поправок на склонение.

Каким образом по карте определяют абсолютные и относительные высоты точек местности? Высоты точек местности над уровнем моря (абсолютные высоты) определяют по карте с помощью отметок высот горизонталей и принятой на карте высоты сечения рельефа.

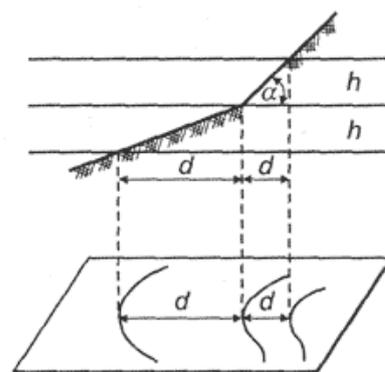
Высота сечения рельефа – это разность высот между точками местности, лежащими на соседних горизонталях. На топографических картах применяют стандартные сечения рельефа, в зависимости от масштаба

карты. Например, на картах масштаба 1:100 000 обычная высота сечения рельефа 20м для равнинных районов и 40м для горных районов. На спортивных картах высота сечения рельефа обычно составляет величину 2.5-5м.

Если точка находится на горизонтали с высотной отметкой, то ее абсолютная высота равна значению высотной отметки данной горизонтали. В случае, когда горизонталь не имеет высотной отметки, значение ее высоты определяют по ближайшей горизонтали, имеющей высотную отметку. Для этого подсчитывают число горизонталей между заданной горизонталью и горизонталью с высотной отметкой и умножают его на высоту сечения рельефа. Полученное значение прибавляют или отнимают от значения использованной высотной отметки в зависимости от того, располагалась горизонталь с высотной отметкой «ниже» или «выше» по отношению к заданной точке на карте. По картам с горизонталями можно определять и уклон рельефа (крутизну склонов). Крутизна склона показана на карте расстоянием между соседними горизонталями – т.н. *заложением горизонталей*. Между заложением, высотой сечения и крутизной изображенного на карте склона существует следующая зависимость: при одинаковой высоте сечения, чем меньше заложение, тем круче изображенный на карте склон (рисунок). И наоборот, чем больше заложение, тем склон положе.

Рисунок – Воспроизведение крутизны склона горизонталями.

При одной и той же высоте сечения (h) чем круче угол ската на местности (α), тем меньше заложение горизонталей на карте (d) (По Вяткину Л.А с соавторами, 2001)



Элементы ската:
 d – заложение; h – высота сечения

Тогда на качественном уровне на карте достаточно легко отличить крутые склоны от пологих склонов. При малой крутизне расстояния между горизонталями на карте относительно велики; при большой крутизне – горизонтали наносятся плотно друг к другу.

Предельная крутизна склона, которую можно отразить горизонталями на топографических картах различного масштаба со стандартным значением высоты сечения, равна примерно 40° . При изображении склонов крутизной $40-65^\circ$ горизонтали вычерчивают слитно одну с другой или проводят их с разрядкой, оставляя между утолщенными горизонталями вместо обычных четырех горизонталей, только две или три промежуточные горизонтали. Обрывы крутизной свыше 65° изображаются на карте особыми условными знаками.

Понятие картографической генерализации.

Даже на наиболее подробных, крупномасштабных картах (например, на спортивных картах) невозможно отобразить местность условными знаками с абсолютной точностью, со всеми ее объектами и особенностями. Различные по назначению и содержанию карты характеризуются такими важными показателями, как точность, детальность, полнота отображаемой информации. Данные показатели зависят в свою очередь от генерализации карты.

Что понимают под термином «картографическая генерализация»?
Картографическая генерализация – это отбор и обобщение изображаемых на карте объектов, выделение их основных типических черт и характерных особенностей соответственно ее назначению, масштабу, содержанию и особенностям картографируемой территории. Генерализация не только исключает определенные (несущественные, мелкие с точки зрения картографа) детали изображаемой на карте местности, но и позволяет сформировать новый графический образ, явственно выделить характеристику главных объектов и особенностей местности.

Полнота отображенной информации о местности (детальность карт) зависит от их масштаба. Чем крупнее масштаб карты, тем детальней на ней может изображаться местность. Степень генерализации на топографической карте «километровке», например, значительно выше, чем на спортивной карте. Например, на спортивной карте указаны все виды дорог (в том числе полевые и лесные дороги). На топографической карте показаны только дороги с покрытием и основные грунтовые дороги.

Полнота и детальность отображения отдельных объектов среднепересеченной обжитой местности на топографических картах масштаба 1:50000-1:500000 указаны в таблице.

Таблица – Основные нормативы изображения объектов местности на картах различного масштаба (показатели генерализации карты)

Объекты местности	Изображаются на картах масштаба			
	1:50 000	1: 100 000	1:200 000	1:500 000
Шоссейные дороги	Все	Все	Все	Частично
Грунтовые дороги	Все	Главные	Главные	Редко
Населенные пункты	Все	Все	С числом домов более 10	Не более одного на площадь 25 кв. км
Отдельные двory	Все	Частично	Редко	Нет
Реки длиной более	0,5 км	1 км	2 км	5 км
Озера площадью более	0,5 га	2 га	8 га	50 га
Болота площадью более	5 га	25 га	100 га	600 га
Леса площадью более	2,5 га	10 га	40 га	100 га

Генерализация карты зависит и от *характера картографируемой территории*. Например, чем меньше объектов находится на картографируемой территории, тем полнее они отражаются на карте. На топографических картах как можно полнее показываются объекты местности, определяющие ее свойства, важные для ориентирования, жизнедеятельности, производственной деятельности. Так на крупномасштабных и среднемасштабных картах пустынно-степных районов (до масштаба 1:200 000 включительно) даются все элементы гидрографии. Генерализация бывает различной на картах *разного назначения*, даже если они отображают одну и ту же территорию и одинаковы по масштабу. Туристская карта содержит максимум информации о местности, важной для осуществления туристской деятельности, которую можно без потери наглядности карты указать в данном масштабе. Речь идет, в частности, о максимально точном отображении населенных пунктов и хуторов; рек, озер и заболоченных участков (мелкие водоемы, незначительные притоки, ручьи могут быть генерализованы); дорожной сети (тропы обычно генерализованы); перевалов, оборудованных туристских стоянок и пр. Наименьшей степенью генерализации характеризуются спортивные карты.

Какой смысл имеют значения прямоугольных координат объекта?

Прямоугольные координаты представляют собой линейные величины, определяющие положение точек на плоскости относительно установленного начала координат. Две прямоугольные координаты (x, y) однозначно задают локализацию любой точки на плоскости карты. Таким образом, зная прямоугольные координаты можно обнаружить необходимый объект на местности или нанести его на карту.

Прямоугольные координаты на топографических картах применяются по отдельным *координатным зонам* – участкам земной поверхности, ограниченными меридианами с долготой, кратной 6° . Первая зона ограничена меридианами с долготой 0° и 6° , вторая – 6° и 12° и т.д. Счет зон идет от нулевого Гринвичского меридиана с запада на восток.

Все топографические карты, выполненные в пределах данной зоны, имеют общую систему прямоугольных координат. За ось абсцисс (X) принят осевой меридиан координатной зоны, в которой находится изображенная на карте местность, а за ось ординат (Y) – экватор (рисунок). Для удобства пользования координатами, на топографических картах принят условный счет ординат, исключающий их отрицательные значения. Точка пересечения осевого меридиана и экватора (начало координат) имеет значения: $X=0\text{км}$; $Y=500\text{км}$. То есть начало координат в каждой зоне как бы перенесено на 500км влево вдоль оси Y.

Значение координаты Y (отрезок Y_m на рисунке) показывает удаление искомой точки от осевого меридиана координатной зоны. Имея в виду, что значение координаты Y осевого меридиана равно 500км, следует запомнить, что все точки координата Y которых более 500 км расположены к востоку от осевого меридиана, а точки, имеющие координату Y меньше 500км – к

западу от него. Для однозначного определения положение точки по прямоугольным координатам на поверхности земного шара, к значению координаты Y слева приписывается номер шести градусной зоны (однозначное или двузначное число). Например, если точка имеет координату $Y = 3\ 620\ 840$, то это значит, что точка расположена в третьей координатной зоне на удалении к востоку на 120км 840м от среднего меридиана зоны (620840м – 500000м).

Значение координаты X показывает удаление искомой точки от экватора. Например, значение $X = 5\ 650\ 450$ означает, что точка расположена к северу от экватора на удалении от него на 5650км 450м.

Как на карте определяют прямоугольные координаты объекта (точки) местности? На топографических картах система плоских прямоугольных координат дается в виде сетки взаимно перпендикулярных линий. Горизонтальные линии сетки проведены параллельно экватору, а вертикальные – параллельно осевому меридиану зоны. Линии сетки проведены на равных расстояниях одна от другой и образуют сетку квадратов, которая носит название *координатной (километровой) сетки*, а сами линии называются километровыми. На карте масштаба 1:100 000 сторона каждого квадрата равна 2см (линия в 2км на местности). Километровые линии на картах подписываются у их зарамочных выходов и у нескольких пересечений внутри листа. Крайние километровые линии на листе карты подписываются полностью, остальные – сокращенно, двумя цифрами (т. е. указываются только десятки и единицы километров).

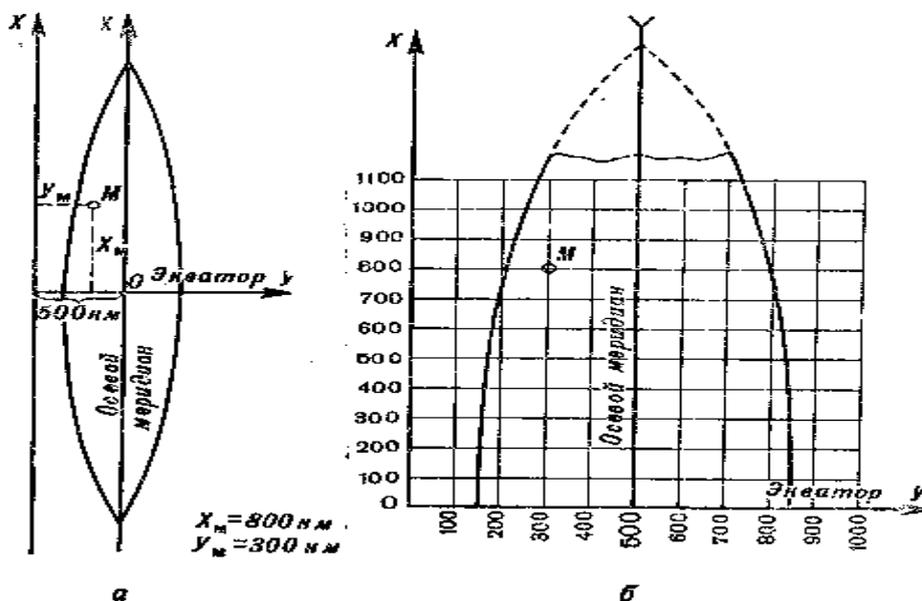


Рисунок – Прямоугольные координаты точки M местности.

Точка M расположена на расстоянии 800 км от экватора (координата X_m) и на 200 км западнее осевого меридиана координатной зоны (координата Y_m).

Подписи у горизонтальных линий соответствуют расстояниям от оси ординат (экватора) в километрах. Например, подпись 6082 в правом верхнем углу показывает, что данная линия отстоит от экватора на удалении 6082км.

Подписи вертикальных линий обозначают номер зоны (одна или две первых цифры) и расстояние в километрах (всегда три цифры) от начала координат. Например, подпись 4308 в левом нижнем углу означает: 4 – номер зоны, 308 – значение координаты Y линии в километрах (линия находится на 192км западнее осевого меридиана 4-й шестиградусной зоны).

Для того чтобы определить прямоугольные координаты объекта, на карте циркулем (или линейкой) измеряют по перпендикуляру расстояние от данного объекта до ближайшей нижней километровой линии (до нижней стороны квадрата, в котором находится искомый объект) и по масштабу определяют его действительную величину. Затем эту величину в метрах приписывают справа к подписи данной километровой линии, а при длине отрезка более километра вначале суммируют километры, а затем приписывают число метров справа. Это будет координата объекта X (абсцисса). Таким же способом определяют и координату Y (ординату), только расстояние от объекта измеряют до левой стороны квадрата.

Понятие картографической генерализации. Даже на наиболее подробных, крупномасштабных картах (например, на спортивных картах) невозможно отобразить местность условными знаками с абсолютной точностью, со всеми ее объектами и особенностями. Различные по назначению и содержанию карты характеризуются такими важными показателями, как точность, детальность, полнота отображаемой информации. Данные показатели зависят в свою очередь от генерализации карты.

Что понимают под термином «картографическая генерализация»?
Картографическая генерализация – это отбор и обобщение изображаемых на карте объектов, выделение их основных типических черт и характерных особенностей соответственно ее назначению, масштабу, содержанию и особенностям картографируемой территории. Генерализация не только исключает определенные (несущественные, мелкие с точки зрения картографа) детали изображаемой на карте местности, но и позволяет сформировать новый графический образ, явственно выделить характеристику главных объектов и особенностей местности.

Полнота отображенной информации о местности (детальность карт) зависит главным образом от их масштаба. Чем крупнее масштаб карты, тем детальней на ней может изображаться местность. Степень генерализации на топографической карте «километровке», например, значительно выше, чем на спортивной карте. Например, на спортивной карте указаны все виды дорог (в том числе полевые и лесные дороги). На топографической карте показаны только дороги с покрытием и основные грунтовые дороги (остальные исключены, т.е. *генерализованы*).

Полнота и детальность отображения отдельных объектов среднепересеченной обжитой местности на топографических картах масштаба 1:50000-1:500000 указаны в таблице.

Таблица – Основные нормативы изображения объектов местности на картах различного масштаба (показатели генерализации карты)

Объекты местности	Изображаются на картах масштаба			
	1:50 000	1: 100 000	1:200 000	1:500 000
Шоссейные дороги	Все	Все	Все	Частично
Грунтовые дороги	Все	Главные	Главные	Редко
Населенные пункты	Все	Все	С числом домов более 10	Не более одного на площадь 25 кв. км
Отдельные двory	Все	Частично	Редко	Нет
Реки длиной более	0,5 км	1 км	2 км	5 км
Озера площадью более	0,5 га	2 га	8 га	50 га
Болота площадью более	5 га	25 га	100 га	600 га
Леса площадью более	2,5 га	10 га	40 га	100 га

Генерализация карты зависит и от *характера картографируемой территории*. Например, чем меньше объектов находится на картографируемой территории, тем полнее они отражаются на карте. На топографических картах как можно полнее показываются объекты местности, определяющие ее свойства, важные для ориентирования, жизнедеятельности, производственной деятельности. Так на крупномасштабных и среднемасштабных картах пустынно-степных районов (до масштаба 1:200 000 включительно) даются все элементы гидрографии. Холмы котловины, лоцины и другие формы рельефа показываются на топографических картах, если их высота (глубина) составляет более половины высоты сечения данной карты.

Генерализация бывает различной на картах *разного назначения*, даже если они отображают одну и ту же территорию и одинаковы по масштабу. Туристская карта содержит максимум информации о местности, важной для осуществления туристской деятельности, которую можно без потери наглядности карты указать в данном масштабе. Речь идет, в частности, о максимально точном отображении населенных пунктов и хуторов; рек, озер и заболоченных участков (мелкие водоемы, незначительные притоки, ручьи могут быть генерализованы); дорожной сети (тропы обычно генерализованы); перевалов, оборудованных туристских стоянок и пр. Наименьшей степенью генерализации характеризуются спортивные карты.

Чем определяется точность карты? Точность топографических карт принято характеризовать средними ошибками положения на карте объектов местности. Наиболее точно (со средней ошибкой 0,1-0,2мм в масштабе карты) показываются геодезические пункты и некоторые ориентиры (отдельные выделяющиеся башни, заводские трубы, церкви и т. п.).

Элементы местности, ясно и *четко* выраженные на местности, изображаются на картах со средней ошибкой 0,5мм.

Вопросы к семинарским занятиям составлены на основе программы по дисциплине и лекционному материалу.

Вопросы к семинару:

1. Что такое карта местности?
2. Что мы понимаем под масштабом карты?
3. Что такое «картографическая проекция»?
4. Что такое условные знаки топографических карт?
5. Как принято классифицировать условные знаки карты?
6. Какие графические средства используют картографы для нанесения информации о местности на карту?
7. Как измерить необходимое расстояние (отрезок маршрута) на карте?
8. Как на карте измеряют площади?
9. Как на карте определяют направления движения?
10. Что такое «магнитное склонение»?
11. Каким образом по карте определяют абсолютные и относительные высоты точек местности?
12. Что понимают под термином «картографическая генерализация»?
13. Что следует понимать под ориентированием на местности и техникой ориентирования?
14. Как определить понятие «ориентир местности»?
15. Как в туризме принято классифицировать ориентиры местности?

2.3 Содержание учебного материала по управляемой самостоятельной работе студентов

2.3.1 УСРС 1

Тема 1.2. Система управления и программно-нормативные основы спортивно-оздоровительной туристской деятельности в Республике Беларусь (2 часа лекции)

МОДУЛЬ 1

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания.

Задание 1. Характеристика системы управления спортивно-оздоровительным туризмом в Республике Беларусь. Функции государственных органов управления спортивно-оздоровительным туризмом и общественных туристских организаций.

Вопросы:

1. Что мы понимаем под словом «управление»?
2. Каковы приоритетные цели государственного управления туристской деятельностью?
3. Каковы функции государственных органов управления в сфере туризма?

4. Каков состав элементов, структура и функции системы управления спортивным и рекреационным туризмом?
5. Какие организации организуют туристскую работу в регионах?
6. Какие еще органы и организации управляют спортивным и рекреационным туризмом?
Форма контроля - опрос.

МОДУЛЬ 2

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения.

Задание 2. Перечислить нормативные правовые основы спортивного и рекреационного туризма.

Вопросы:

1. Как принято классифицировать нормативные правовые акты, регулирующие туристскую деятельность?
2. Какие специальные законы регулируют туристскую деятельность в Республике Беларусь?
3. Какие подзаконные акты регулируют сферу спортивно-оздоровительного туризма?
4. Что регулируют «Правила проведения туристских походов»?
5. Какой важнейший нормативный документ, регулирующий рекреационную и спортивную туристскую деятельность учащихся?
Форма контроля: контрольная работа.

МОДУЛЬ 3

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний.

Задание 3. Определить порядок выполнения и присвоения разрядов в виде спорта «Туризм спортивный». Разрядные требования.

Вопросы:

1. Какие документы определяют нормы для присвоения разрядов и званий в туристских видах спорта?
2. Какие нормы установлены ЕСК РБ для получения определенных разрядов и званий в виде спорта «спортивный туризм»?
Форма контроля: практическое выполнение

2.3.2 УСРС 2

Тема 3.3.1. Методические основы организации туристских походов (2 часа лекции)

МОДУЛЬ 1

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания.

Задание 1. Мероприятия по подготовке туристского похода.

Вопросы:

1. Охарактеризуйте систему мероприятий по подготовке туристского похода. Какие задачи, решают туристы на стадии подготовки похода?
2. Как выбрать район путешествия.

Форма контроля - опрос

МОДУЛЬ 2

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения.

Задание 2. Методика разработки маршрута рекреационно-познавательных походов выходного дня.

1. Понятие «нитка маршрута» и ее компоненты. Основные факторы, учитываемые в процессе ее разработки.
2. Выбор удобных пунктов старта-финиша; мест организации полевых лагерей для ночлега и отдыха туристской группы.
3. Методика разработки плана похода. Составление календарного графика движения.
4. Определение участков движения по маршруту и их протяженности. Понятие «режим движения» в походе.

Форма контроля: контрольная работа.

МОДУЛЬ 3

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний.

Задание 3. Практическое выполнение.

Используя топографическую или туристскую карту масштаба 1:100 000 - 1:200 000 студенту необходимо разработать маршрут пешеходного (лыжного) рекреационно-оздоровительного похода выходного дня. При разработке маршрута следует исходить из следующих параметров. Протяженность маршрута должна составить 30-50км; продолжительность похода - 3 дня. Условный контингент участников похода - школьники старших классов (14-16 лет), представители производственного коллектива в возрасте 20-40 лет. Маршрут должен включать 2-3 рекреационных объекта посещения. Студенту следует нанести на карту нитку маршрута и указать на ней пункты старта, финиша; полевых ночлегов (биваков) после каждого дневного перехода, а также отметить рекреационные объекты посещения.

В результате выполнения задания студент дает краткую характеристику разработанного маршрута (в устной или письменной форме), которая включает:

- нитку маршрута с указанием 3-4 опорных ориентиров на каждый из 3-х дней похода;
- ориентиры начала и окончания каждого дневного перехода;
- протяженность дневных переходов и общую протяженность маршрута; краткую характеристику включенных в маршрут рекреационных объектов посещения. Форма контроля: практическое выполнение.

2.3.3 УСРС 3

Тема 3.3.2. Методические основы организации туристских походов (2 часа практические)

МОДУЛЬ 1

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания.

Задание 1. Охарактеризовать термины: «рацион питания», «меню питания», «режим питания», «продуктовая раскладка туристского похода»

Вопросы:

1. Что означают понятия «рацион питания», «меню питания», «режим питания»?
2. Какими факторами определяется выбор походных продуктов?
3. Какие продукты являются более предпочтительными для организации походного питания?

Форма контроля - опрос.

МОДУЛЬ 2

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения.

Задание 2. Разработать оптимальный алгоритм продуктовой раскладки туристского похода?

Вопросы:

1. Каков оптимальный алгоритм составления продуктовой раскладки туристского похода?
2. Что мы понимаем под «эмпирическим подходом» к составлению продуктовой раскладки?
3. Как составить меню питания туристского похода?
4. Как составить список продуктов раскладки и рассчитать их необходимую массу?

Форма контроля: контрольная работа.

МОДУЛЬ 3

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний.

Задание 3. Составить меню походного питания и продуктовую раскладку для пешего или лыжного туристского похода выходного дня.

При выполнении работы следует исходить из следующих параметров: продолжительность похода - 3 дня; количество участников - 6 человек; планируемая масса «сухих» продуктов в расчете на человека, на сутки похода ($X_{\text{планируемое}}$) может варьировать от 900 до 1100 г. Предполагается, что в пешем походе используется трехразовый режим горячего питания (завтрак, обед, ужин) и «карманное» холодное питание. В лыжном походе обед заменяется «большим перекусом» из холодных закусок и горячего чая, а суп готовится в дополнение к основному горячему блюду ужина.

Последовательность действий при выполнении задания:

1. составить меню питания для пешего либо лыжного многодневного похода (по заданной форме);
2. исходя из меню, внести список всех необходимых продуктов в соответствующую графу продуктовой раскладки;
3. исходя из известных норм расхода каждого продукта на одну варку (на сутки похода), рассчитать массу каждого продукта из списка

- раскладки, необходимую на весь срок похода. Нормы расхода продуктов представлены в рекомендованной специальной литературе;
- определить суммарную массу списка «сухих» продуктов, требующихся для выполнения походного меню питания. Далее определить главный количественный показатель раскладки - массу всех «сухих» продуктов в перерасчете на одного участника, на сутки похода ($X_{\text{расчетное}}$) и сравнить его с аналогичным планируемым показателем ($X_{\text{планируемое}}$);
 - если $X_{\text{расчетное}}$ значительно отличается от $X_{\text{планируемое}}$, скорректировать показатели массы продуктов в раскладке и добиться нужного показателя $X_{\text{расчетное}}$, укладывающегося в заданные границы варьирования $X_{\text{планируемое}}$ (900-1100 г/чел/сутки).

Форма контроля: практическое выполнение

2.3.4 УСРС 4

Тема 5.4. Основы планирования дистанций туристских соревнований. Методика судейства и определения результатов туристских соревнований (2 часа практические)

МОДУЛЬ 1

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания.

Задание 1. Характеристика основных принципов планирования дистанции туристско-прикладного многоборья?

Вопросы:

- Каковы основные принципы планирования дистанции туристско-прикладного многоборья? Каково содержание дистанции соревнований V группы (класса «новичков»)?
- Какие характерные этапы ТПМ оценивают технику туристов?
- Что представляет собой обычная схема дистанции ТПМ?

Форма контроля - опрос.

МОДУЛЬ 2

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения.

Задание 2. Охарактеризовать методику судейства и определения результатов туристских соревнований

- Как планировать и устанавливать отдельные технические этапы соревнований по ТПМ?
- Как определяется результат преодоления отдельного технического этапа длинной дистанции и результат преодоления короткой дистанции?
- Как определяется результат соревнований на длинной дистанции?

Форма контроля: контрольная работа.

МОДУЛЬ 3

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний.

Задание 3. Спланировать лично-командную дистанцию туристско-прикладных многоборий V класса в технике горно-пешеходного туризма

Используя карту для спортивного ориентирования, студенту необходимо разработать маршрут лично-командной дистанции соревнований по туристско-прикладному многоборью в технике горно-пешеходного туризма (дистанцию V класса сложности). Протяженность дистанции - 4-5км. На дистанции следует установить следующие технические этапы: «Преодоление склона с самостраховкой на перилах (подъем-траверс-спуск)» (личный этап); «Ориентирование в заданном направлении» (личный этап); «Переправа по бревну через ручей (сухой овраг) с самостраховкой на судейских перилах» (личный этап); «Транспортировка «пострадавшего» на вязаных носилках» (командный этап); «Переправа вброд через реку с наведением перил» (командный этап).

Последовательность действий при выполнении задания:

- изучить спортивную карту: ее масштаб и сечение рельефа, нанесенную дорожную сеть, рельеф местности, сеть объектов гидрографии;
- определить место старта-финиша дистанции. К данному месту должны вести удобные пути подхода (подъезда) команд, он должен быть удобным для размещения команд, зрителей и для работы судейской коллегии;
- определить ряд возможных участков для размещения технического этапа преодоления склона и этапов переправ. Соответственно на карте следует найти подходящие склоны (карьеры, холмы), реки, ручьи и овраги;
- определить возможный район постановки этапа ориентирования. Выбрать на карте удобную точку старта-финиша этапа, надежные ориентиры- «привязки» к контрольным пунктам (КП) и ориентиры для установки самих КП. Следует применить кольцевую схему постановки дистанции ориентирования с общей точкой старта-финиша этапа;
- «связать» все намеченные места расположения технических этапов в единую дистанцию с выбранной последовательностью преодоления этапов, добиваясь того, чтобы протяженность итоговой дистанции находилась в рамках 4-5км. Нанести дистанцию на контрольную карту (пункт старта-финиша дистанции, технические этапы, КП этапа ориентирования, трассу транспортировки пострадавшего).

Форма контроля: практическое выполнение

3 РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

3.1 Перечень заданий для текущего контроля знаний

Для текущего контроля и самоконтроля знаний, умений и навыков студентов по учебной дисциплине «Туризм» рекомендуется использовать следующий диагностический инструментарий:

- устный опрос;
- письменный опрос;
- тест;
- защита результатов учебных заданий;
- решение практико-ориентированных задач;
- практическое выполнение заданий;
- контрольная работа;
- зачет.

3.2 Зачетные требования

1. Определение понятий «путешествие» и «туризм». Цели и содержание туристских путешествий.

2. Туристская деятельность как система. Классификация туристской деятельности.

3. Система управления туристской деятельностью в Республике Беларусь. Функции государственных органов управления спортивно-оздоровительным туризмом и общественных туристских организаций.

4. Виды спорта, составляющие систему спортивного туризма Республики Беларусь: содержание, характер взаимосвязи с другими видами спорта.

5. Содержание вида спорта «спортивный туризм»

6. Содержание вида спорта «туристско-прикладное многоборье».

7. Программно-нормативные документы, регулирующие туристскую деятельность.

8. Определение понятия «туристский поход». Отличие туристского похода от иных туристских путешествий.

9. Классификация походов на основании их главных целей и задач.

10. Виды и содержание туристских рекреационных походов. Характерные элементы и параметры маршрута рекреационных походов.

11. Понятия «рекреационно-туристский потенциал» и «спортивно-туристский потенциал» района путешествия; характеристика компонентов туристского потенциала.

12. Понятие «экологический туризм» и «экологический поход». Классификация и содержание экологических походов.

13. Понятие «краеведение» и «краеведческий поход». Цели и содержание краеведческих походов с учащимися; особенности маршрута краеведческого похода и объекты краеведения.

14. Методические основы выбора района для совершения рекреационного (оздоровительного, познавательного) похода.

15. . Понятие «классифицированный маршрут» спортивного похода. Нормативные требования, определяющие категорию сложности спортивного туристского похода

16. Спортивные походы по классифицированным маршрутам.

17. Методические основы выбора района для совершения спортивного похода.

18. Понятие «нитка маршрута»; ее составные элементы и разновидности тактической схемы. Методика разработки нитки маршрута многодневного похода.

19. Задачи и содержание стадии подготовки туристского похода: системная характеристика.

20. Понятие «риск» и «фактор риска» в приложении к рекреационному и спортивному туризму. Классификация факторов.

21. Объективные опасности (факторы риска) в рекреационной и спортивной туристской деятельности: их системная характеристика

22. Субъективные опасности (факторы риска) в рекреационной и спортивной туристской деятельности. Их типология и характеристика.

23. Факторы, определяющие успешность и безопасность рекреационной и спортивной туристской деятельности; их системная характеристика

24. Классификация туристского снаряжения. Основные факторы, определяющие выбор снаряжения для проведения спортивных и рекреационных походов.

25. Критерии выбора походных продуктов питания и методические основы разработки продуктовой раскладки (эмпирический метод).

26. Методика составления меню питания и продуктовой раскладки оздоровительного похода выходного дня.

27. Характерное снаряжение для проведения пеших и лыжных походов по территории Республики Беларусь (основные предметы снаряжения и критерии его качества).

28. Требования к туристской одежде и обуви, применяемой в пеших и лыжных походах по территории Республики Беларусь.

29. Виды «ходовой» и «бивачной» одежды, их конструктивные особенности и критерии качества.

30. Методика разработки раскладки группового снаряжения (на примере похода выходного дня) и порядок его распределения по участникам.

31. Методика комплектования медицинской походной аптечки. Характерные лекарственные средства, материалы и инструменты; правила их упаковки, транспортировки, применения.

32. Понятия «естественные препятствия» и «классифицированные участки» маршрута спортивных туристских походов. Характерные типы локальных и протяженных естественных препятствий на маршрутах пеших походов по территории Республики Беларусь.

33. Классификация лесных и заболоченных участков местности по степени проходимости. Техника и тактика передвижения туристов по лесным и заболоченным участкам в пеших походах.

34. Способы переправ через водные препятствия на маршруте похода.

35. Понятие системы полиспаста и порядок натяжения основной веревки системой полиспаста.

36. Узлы, применяемые в туризме при работе с веревкой.

37. Способы транспортировки пострадавшего в туристских походах.

38. Топографическая подготовка. Содержание топографической подготовки туриста.

39. Карта и работа с ней. Классификация карт.

40. Топографические условные знаки и общие правила их применения. Виды условных знаков.

41. Способы изображения рельефа на картах.

42. Понятие азимута. Магнитные полюсы Земли и их положение относительно географических полюсов. Азимуты истинный (географический) и магнитный. Магнитное склонение.

43. Компас и измерение азимутов по карте.

44. Ориентирование на местности.

45. Ориентирование на местности с помощью карты и компаса.

46. Способы определения направлений (сторон света).

47. Приемы (способы) измерения на местности.

48. Способы измерения расстояний на местности: глазомерный способ, измерение шагами.

49. Определение ширины реки или иного недоступного для прямого измерения препятствия геометрическим способом.

50. Понятие техники бивачных работ.

51. Классификация туристских соревнований. Спортивные туристские соревнования: их цели, содержание и формы проведения.

52. Характеристика туристских слетов как особой формы рекреационно-спортивных туристских мероприятий. Цели проведения, программа, содержание дистанций туристских слетов.

53. Туристско-прикладные многоборья (ТПМ): группы соревнований; виды и классы дистанций. Содержание дистанций ТПМ (на примере дистанций соревнований в технике горно-пешеходного туризма).

54. Организация туристских соревнований: характерные задачи этапов подготовки и проведения соревнований. Содержание Положения о туристских соревнованиях.

55. Методика классифицирования дистанций туристско-прикладных многоборий (ТПМ) и определение суммарного показателя сложности дистанций и этапов ТПМ (на примере соревнований в технике горно-пешеходного туризма).

56. Методические основы планирования и постановки на местности дистанций и этапов туристско-прикладных многоборий (на примере соревнований класса «новичков» в технике горно-пешеходного туризма).

57. Состав судейской коллегии туристских соревнований. Обязанности и функции главного судьи, главного секретаря и иных членов судейской коллегии.

58. Содержание «Правил проведения туристских походов». Требования их к руководителям и участникам.

59. Содержание «Инструкции об организации участия обучающихся учреждений образования в туристских походах и экскурсиях». Требования «Инструкции» к их участникам и руководителям.

60. Порядок выполнения и присвоения разрядов в виде спорта «Спортивный туризм» и «Туристско-прикладного многоборья». Разрядные требования.

3.3 Критерии оценки результатов учебной деятельности, обучающихся в учреждениях высшего образования по десятибалльной шкале

Десятибалльная шкала в зависимости от величины балла и отметки включает следующие критерии:

10 (десять) баллов, зачтено:

систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине, а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы;

точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы;

безупречное владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;

выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации;

полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы, по изучаемой учебной дисциплине;

умение свободно ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку, использовать научные достижения других дисциплин;

творческая самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, активное творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

9 (девять) баллов, зачтено:

систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы;

владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач.

способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

полное усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку;

систематическая, активная самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

8 (восемь) баллов, зачтено:

систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

. использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения;

владение инструментарием учебной дисциплины (методами комплексного анализа, техникой информационных технологий), умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;

способность самостоятельно решать сложные проблемы в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку;

активная самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, систематическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

7 (семь) баллов, зачтено:

систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения;

владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;

свободное владение типовыми решениями в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку;

самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

6 (шесть) баллов, зачтено:

достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

использование необходимой научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обобщения и обоснованные выводы;

владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач;

способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку;

активная самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

5 (пять) баллов, зачтено:

достаточные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

использование научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы;

владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач;

способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им сравнительную оценку;

самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, фрагментарное участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень культуры исполнения заданий.

4 (четыре) балла, зачтено:

достаточный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования;

усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

использование научной терминологии, логическое изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок;

владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении стандартных (типовых) задач;

умение под руководством преподавателя решать стандартные (типовые) задачи;

умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им оценку;

работа под руководством преподавателя на практических, лабораторных занятиях, допустимый уровень культуры исполнения заданий.

3 (три) балла, не зачтено:

недостаточно полный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования;

знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными, логическими ошибками;

слабое владение инструментарием учебной дисциплины, некомпетентность в решении стандартных (типовых) задач;

неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях изучаемой учебной дисциплины;

пассивность на практических и лабораторных занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий.

2 (два) балла, не зачтено:

фрагментарные знания в рамках образовательного стандарта высшего образования;

знания отдельных литературных источников, рекомендованных учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

неумение использовать научную терминологию учебной дисциплины, наличие в ответе грубых, логических ошибок;

пассивность на практических и лабораторных занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий.

1 (один) балл, не зачтено:

отсутствие знаний и (компетенций) в рамках образовательного стандарта высшего образования, отказ от ответа, неявка на аттестацию без уважительной причины.

4 ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

В этот раздел включены подраздел 4.1, где приведен список литературных источников для изучения данной учебной дисциплины, и подраздел 4.2, в котором изложена программная документация, утвержденная УМО БГПУ имени М. Танка.

4.1 Список литературы

Основная литература

1. Новиков, В. Н. Правовое регулирование туристической деятельности : учеб.-метод. пособие / В. Н. Новиков, Д. Н. Киселев ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2017. – 244 с.
2. Подлиских, В. Е. Спортивный и рекреационный туризм. Вопросы и ответы : пособие / В. Е. Подлиских, В. М. Литвинович ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2013. – 150 с.
3. Фурманов, А. Г. Физическая рекреация: активный отдых, спорт для всех, оздоровление, туризм : учеб. для студентов вузов по специальности «Туризм и гостеприимство» / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2012. – 495 с.
4. Шумик, В. Я. Организация туристских мероприятий с обучающимися: вопросы безопасности : справ. пособие для рук. учреждений образования (шк., гимназий, лицеев, ПТУ, колледжей) / В. Я. Шумик. – Минск : Новая шк., 2007. – 304 с.

Дополнительная литература

1. Вяткин, Л. А. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. пособие для студентов пед. вузов / Л. А. Вяткин, Е. В. Сидорчук. – 3-е изд., стер. – М. : Академия, 2008. – 208 с.
2. Ганопольский, В. И. Организация массовой туристской работы в Республике Беларусь : метод. рекомендации / В. И. Ганопольский ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Науч.-исслед. ин-т физ. культуры и спорта. – Минск : НИИФКиС, 2008. – 99 с.
3. Захарин, В. С. Энциклопедия юного туриста / В. С. Захарин, Т. К. Захарина. – Минск : Беларус. энцыкл., 2016. – 72 с.
4. Константинов, Ю. С. Детско-юношеский туризм : пособие для педагогов общеобразоват. учреждений, учреждений внешк. воспитания и обучения / Ю. С. Константинов, С. С. Митрахович. – Минск : Нац. ин-т образования, 2010. – 208 с.
5. Организация туристско-краеведческой работы с учащимися : пособие / сост. А. В. Солдатова. – Минск : Красико-Принт, 2016. – 128 с.
6. Туристические слёты / ред.-сост. Л. И. Жук. – Минск : Красико-Принт, 2013. – 126 с.

4.2 Программная документация

КОНТРОЛЬНЫЙ
ЭКЗЕМПЛЯР

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»


УТВЕРЖДАЮ
Первый проректор БГПУ
С.И.Коптева
« » 2019 г.
Регистрационный № 33-01-129-2019/уп

ТУРИЗМ

**Учебная программа учреждения высшего образования
по учебной дисциплине для специальности:**

Специальность 1-03 02 01 Физическая культура
Специализация 1-03 02 01 03 Физкультурно-оздоровительная и
туристско-рекреационная деятельность

2019 г.

Учебная программа составлена на основе образовательного стандарта высшего образования I ступени Республики Беларусь по специальности 1-03 02 01 "Физическая культура", утвержденного 30 августа 2013 г., регистрационный № 88

СОСТАВИТЕЛИ:

Е.А.Азарова, старший преподаватель кафедры спортивно-педагогических дисциплин учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»;

П.В.Медведев, преподаватель кафедры спортивно-педагогических дисциплин учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

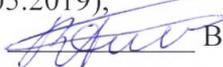
РЕЦЕНЗЕНТЫ:

А.Р.Борисевич, доцент кафедры теории и методики физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат педагогических наук; доцент;

В.Я.Борисов, заведующий кафедрой физического воспитания и спорта учреждения образования «Минский лингвистический университет», доцент.

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

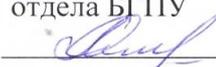
Кафедрой спортивно-педагогических дисциплин
(протокол № 12 от 21.05.2019);

Заведующий кафедрой  В.Л.Алешкевич

Научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»
(протокол № 6 от 18.06.2019)

Оформление учебной программы и сопровождающих ее материалов действующим требованиям Министерства образования Республики Беларусь соответствует.

Методист учебно-методического
отдела БГПУ

 Е.А.Кравченко

Директор библиотеки
Н.Т.Семикова
28.05.2019

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа учебной дисциплины «Туризм» разработана для студентов учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», обучающихся по специализации 1-03 02 01 03 Физкультурно-оздоровительная и туристско-рекреационная деятельность в соответствии с образовательным стандартом первой ступени высшего образования и учебным планом специальности.

Программа по учебной дисциплине «Туризм» предназначена для реализации на первой ступени высшего образования в рамках цикла специальных дисциплин. Данная программа сочетает компетентностный подход в обучении с использованием современных инновационных педагогических технологий. Особое внимание уделяется формированию у студентов практических навыков и умений, отвечающих задачам профессиональной подготовки и дальнейшей педагогической деятельности.

Целью изучения учебной дисциплины «Туризм» является начальная туристская подготовка будущих специалистов в сфере оздоровительной физической культуры и туризма на уровне, необходимом и достаточном для проведения туристской и учебно-туристской работы со школьниками и иными группами населения; рекреации населения средствами активного туризма.

Задачи учебной дисциплины:

- сформировать комплекс знаний и умений по методике организации и проведения рекреационно-оздоровительных, рекреационно-познавательных походов с учащимися и иными группами населения;
- обучить студентов методическим основам организации и проведения рекреационно-туристских соревнований с участием различных групп населения;
- сформировать комплекс знаний и умений по планированию маршрутов спортивных походов начальной сложности и соревнований по туристско-прикладным многоборьям на дистанции класса «новичков».

Место учебной дисциплины в системе подготовки будущего педагога, связь с другими учебными дисциплинами

Учебная дисциплина «Туризм» базируется на содержании таких учебных дисциплин как «Педагогика», «Психология», «Теория и методика физического воспитания», «Физиология спорта», «Спортивная медицина» и требует от студентов актуализации, обобщения и систематизации знаний, умений и навыков по указанным учебным дисциплинам.

Требования к освоению учебной дисциплины «Туризм» в соответствии с образовательным стандартом

Профессиональная компетентность будущего специалиста определяется в соответствии с государственным образовательным стандартом высшего образования, где указаны общие требования к образованности специалиста. Изучение учебной дисциплины «Туризм»

должно обеспечить формирование у студентов академических, социально-личностных и профессиональных компетенций.

Требования к академическим компетенциям

Студент должен:

- АК-1. Уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач.
- АК-2. Владеть системным и сравнительным анализом.
- АК-3. Владеть исследовательскими навыками.
- АК-4. Уметь работать самостоятельно.
- АК-5. Быть способным порождать новые идеи (обладать креативностью).
- АК-6. Владеть междисциплинарным подходом при решении проблем.
- АК-7. Иметь навыки, связанные с использованием технических устройств, управлением информацией и работой с компьютером.
- АК-8. Обладать навыками устной и письменной коммуникации.
- АК-9. Уметь учиться, повышать свою квалификацию в течение всей жизни.

Требования к социально-личностным компетенциям

Студент должен:

- СЛК-1. Обладать качествами гражданственности.
- СЛК-2. Быть способным к социальному взаимодействию.
- СЛК-3. Обладать способностью к межличностным коммуникациям.
- СЛК-4. Владеть навыками здоровьесбережения.
- СЛК-5. Быть способным к критике и самокритике.
- СЛК-6. Уметь работать в команде.
- СЛК-7. Владеть современными психологическими технологиями для проведения успешных деловых встреч и переговоров, участия в деловых играх и т.п.
- СЛК-8. Формировать и аргументировать собственные суждения и профессиональную позицию.
- СЛК-9. Уметь использовать в практической деятельности основы законодательства и правовых норм.
- СЛК-10. Уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям, толерантно воспринимать социальные и культурные различия.
- СЛК-11. Проявлять инициативу, в том числе в нестандартных ситуациях.

Требования к профессиональным компетенциям

Студент должен быть способен:

Образовательная деятельность

- ПК-1. Формировать физическую культуру личности.
- ПК-2. Формировать гуманистическое мировоззрение, нравственное сознание и нравственное поведение.
- ПК-3. Воспитывать ответственность за результаты учебной деятельности.

- ПК-4. Формировать в процессе физического воспитания у занимающихся систему научных знаний, двигательных умений, навыков и готовность к их использованию в различных сферах человеческой деятельности.

Научно-методическая деятельность

- ПК-5. Осваивать и использовать современные научно обоснованные методики физического воспитания.
- ПК-6. Работать с научно-методической литературой.
- ПК-7. Планировать, организовывать, контролировать и корректировать процесс физического воспитания.
- ПК-8. Проводить и контролировать разные формы занятий физическими упражнениями.
- ПК-9. Выбирать и использовать средства и методы физической культуры.

Педагогическая деятельность

- ПК-10. Планировать уроки и другие формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, а также возрастных, половых особенностей, психофизических возможностей и физической подготовленности.
- ПК-11. Организовывать и проводить разнообразные формы занятий физическими упражнениями.
- ПК-12. Использовать приемы формирования мотивации к занятиям физическими упражнениями.
- ПК-13. Разрабатывать проекты и оснащать места проведения занятий специальным оборудованием и инвентарем, использовать различные средства обучения и развития.

Спортивно-тренировочная деятельность

- ПК-14. Осваивать и использовать современные методики спортивной подготовки.
- ПК-15. Дифференцировать и индивидуализировать спортивную подготовку.
- ПК-16. Осуществлять физическую, техническую, тактическую, психологическую спортивную подготовку.
- ПК-17. Организовывать и проводить спортивный отбор.
- ПК-18. Контролировать и анализировать соревновательную деятельность.
- ПК-19. Судить соревнования и готовить судей по виду спорта.
- ПК-20. Обеспечивать безопасность спортивной подготовки, осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.
- ПК-21. Выбирать и использовать эффективные средства восстановления после физических нагрузок и травм.

Организационно-управленческая деятельность

- ПК-22. Осуществлять планирование, организацию и контроль образовательного процесса, спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности.
- ПК-23. Работать с нормативными правовыми актами и другими документами.
- ПК-24. Анализировать и оценивать собранные данные.
- ПК-25. Взаимодействовать со специалистами смежных профилей.
- ПК-26. Вести переговоры с другими заинтересованными участниками.
- ПК-27. Пользоваться глобальными информационными ресурсами, владеть современными средствами телекоммуникаций.

Проектно-аналитическая деятельность

- ПК-28. Анализировать и проектировать образовательный процесс, организационно-управленческую, спортивную, учебную и физкультурно-оздоровительную деятельность.
- ПК-29. Анализировать перспективы и направления развития спорта и физического воспитания.
- ПК-30. Системно представлять предметную область профессиональной деятельности и перспективы ее развития.

Научно-исследовательская деятельность

- ПК-31. Квалифицированно проводить научные исследования в области физической культуры и спорта.
- ПК-32. Использовать в процессе научных исследований в области физической культуры и спорта знания смежных дисциплин.
- ПК-33. Готовить научные статьи, рефераты, информационные сообщения и др.
- ПК-34. Разрабатывать методики коррекции и восстановления с учетом результатов научно-исследовательских работ.

Физкультурно-оздоровительная деятельность

- ПК-35. Нормировать и контролировать физическую нагрузку.
- ПК-36. Организовывать и проводить соревнования, спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия.
- ПК-37. Организовывать активный отдых средствами физической культуры и спорта.
- ПК-38. Обеспечивать безопасное проведение занятий физическими упражнениями.
- ПК-39. Осуществлять пропаганду физической культуры, спорта и туризма, здорового образа жизни.

Коррекционная деятельность

- ПК-40. Разрабатывать авторские лечебно-профилактические программы занятий, уроков физической культуры (физкультурных занятий) с учетом контингента занимающихся, условий образовательной среды.
- ПК-41. Проводить подбор средств и методов физической культуры для восстановления здоровья и работоспособности у лиц с различными

заболеваниями и разным уровнем функционального состояния, физической подготовленности.

- ПК-42. Определять оптимальную дозировку физической нагрузки у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

- ПК-43. Проводить врачебно-педагогические наблюдения для учета эффективности восстановительного лечения средствами физической культуры.

Требования к освоению учебной дисциплины

В результате изучения учебной дисциплины «Туризм» студент должен **знать**:

- структуру туристской деятельности (как системы); функции, цели и классификацию туризма;
- классификацию туристских походов и соревнований; критерии определения категории сложности спортивных походов и класса дистанций соревнований;
- содержание спортивных, оздоровительных походов; учебно-туристских соревнований школьников, туристских слетов и соревнований по туристско-прикладным многоборьям;
- принципы планирования и разработки маршрутов туристских походов, дистанций туристских соревнований;
- основы туристской техники и тактики (основные средства и приемы преодоления естественных препятствий, ориентирования на местности, бивачных и поисково-спасательных работ);
- основы топографии (классификацию картографического материала; условные знаки и графические средства, используемые для изготовления топографических карт);
- основы жизнеобеспечения участников туристских походов.

В результате изучения учебной дисциплины «Туризм» студент должен **уметь**:

- выбирать район похода согласно его туристскому потенциалу; определять в районе похода классифицированные естественные препятствия, рекреационные и познавательные объекты посещения;
- разрабатывать маршруты туристских походов (составлять нитку маршрута) с учетом различных целей похода и для различного контингента населения;
- анализировать спортивно-туристские маршруты по их параметрам и технической сложности;
- выбирать необходимое личное и групповое походное снаряжение и экипировку в соответствии с особенностями маршрута и района похода; составлять походную продуктовую раскладку (эмпирическим методом);
- вязать специальные узлы; преодолевать естественные препятствия с организованной страховкой (самостраховкой);

- комплектовать походную медицинскую аптечку, вязать носилки из подручных средств и транспортировать пострадавших с помощью подручных средств;
- работать с картой и компасом (читать топографическую, спортивную карту по условным знакам, определять масштаб карты, измерять направления движения, расстояния, определять прямоугольные координаты объекта);
- ориентироваться на местности с чтением карты; двигаться в заданном направлении (по азимуту), определять точку стояния на местности;
- устанавливать палаточный лагерь и готовить горячее питание для туристской группы в природных условиях (в зоне леса);
- планировать дистанции и этапы туристских учебно-контрольных, рекреационно-спортивных соревнований и соревнований по туристско-прикладным многоборьям (ТПМ); определять результаты учебно-контрольных туристских соревнований и соревнований по ТПМ;
- планировать уровень физической нагрузки для участников туристских мероприятий с учетом их пола, возраста, туристской подготовленности.

В результате изучения учебной дисциплины «Туризм» студент должен **владеть:**

- основами знаний по туризму в учебном процессе;
- приёмами обучения туристическим упражнениям;
- методами обучения туристическим упражнениям.

Общее количество часов, отводимых на изучение учебной дисциплины в соответствии с учебными планами

Общее количество часов по учебной дисциплине «Туризм» на дневной форме получения образования рассчитано на 68 часов (2 з.е.), из них 42 часа составляют аудиторные занятия: 14 часов – лекции, 4 часа – семинарские занятия, 24 часа – практические занятия. Самостоятельная (внеаудиторная) работа студентов составляет 26 часов.

Текущая аттестация проводится в соответствии с учебным планом специальности в форме зачета в 4 семестре.

Распределение аудиторного времени по видам занятий, курсам и семестрам:

Семестры	Всего часов	Всего аудиторных часов	Лекции (из них УСРС)	Практические занятия (из них УСРС)	Семинарские Занятия (из них УСРС)	Самостоятельная (внеаудиторная) работа студентов	Текущая аттестация
4семестр	68	42	10+4 УСРС	20+4 УСРС	4	26	зачет

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Раздел I. КЛАССИФИКАЦИЯ ТУРИСТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. ПРОГРАММНО-НОРМАТИВНЫЕ ОСНОВЫ ТУРИЗМА В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ

Тема 1.1. Основные понятия сферы туризма. Классификация туризма. Содержание и формы спортивно-оздоровительной туристской деятельности в Республике Беларусь

Определение основных понятий сферы туризма: «путешествие», «туризм», «рекреация». Отличительные признаки туристских путешествий. Цель путешествий как основной критерий, позволяющий отличать туристские путешествия от иных путешествий.

Классификация туристской деятельности. Цели туристской деятельности. Виды рекреационного, экскурсионно-познавательного и спортивного туризма. Классификация туристской деятельности, на основании форм ее организации и характера финансирования; региона проведения туристских мероприятий; социально-демографического состава участников туристских мероприятий. Классификация туристской деятельности на основании уровня двигательной активности участников туристских мероприятий.

Система рекреационного туризма. Содержание рекреационно-туристских мероприятий. Активные формы рекреационно-познавательных, развлекательных, оздоровительных туристских мероприятий (оздоровительные, экологические походы, рекреационно-спортивные соревнования и слеты). Факторы, способствующие отдыху и оздоровлению участников рекреационно-туристских мероприятий.

Система спортивного туризма в Республике Беларусь, включающая в себя два вида спорта, внесенных в Единую спортивную классификацию Республики Беларусь: «туризм спортивный» и «туристско-прикладные многоборья». Содержание вида спорта «туризм спортивный»: походы по классифицированным маршрутам, включающим естественные препятствия различной категории трудности. Заочная и очная формы соревнований в виде спорта «туризм спортивный». Содержание вида спорта «туристско-прикладные многоборья»: преодоление дистанций, предусматривающее применение спортсменами разнообразной техники и тактики спортивного туризма.

Тема 1.2. Система управления и программно-нормативные основы спортивно-оздоровительной туристской деятельности в Республике Беларусь

Система управления спортивно-оздоровительным туризмом в Республике Беларусь (государственные органы управления, государственные и общественные управленческие организации). Министерство спорта и

туризма Республики Беларусь как республиканский орган государственного управления, уполномоченный осуществлять государственную политику в области туризма, координировать деятельность иных туристских организаций. Общественные туристские организации: Республиканский туристско-спортивный союз, Маршрутно-квалификационные комиссии; их функции.

Программно-нормативные документы, регулирующие туристскую деятельность. Основные положения «Правил проведения туристских походов» и «Инструкции об организации участия обучающихся учреждений образования в туристских походах и экскурсиях» как нормативных документов, регулирующих спортивно-туристскую и рекреационно-туристскую деятельность. Единая спортивная классификация Республики Беларусь как нормативный документ регулирующий присвоение спортивных разрядов и званий в видах спорта «туризм спортивный» и «туристско-прикладные многоборья». Требования Единой спортивной классификации к выполнению норм третьего и второго спортивного разряда в видах спорта «туризм спортивный» и «туристско-прикладные многоборья».

Раздел II. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ И ОКАЗАНИЕ ДОВРАЧЕБНОЙ ПОМОЩИ В ТУРИСТСКОМ ПОХОДЕ

Тема 2.1. Определение риска в туристской деятельности; объективные и субъективные факторы риска

Понятие «риск» («опасность») по отношению к туристской деятельности. Оценка риска туристской деятельности как вероятности осуществления нежелательного события и масштабов соответствующих последствий. Классификация факторов риска на основании периода их воздействия (предварительные, непосредственные) и роли личности в возникновении потенциальной опасности (объективные и субъективные).

Объективные факторы риска в туризме: неблагоприятные характеристики естественных препятствий на маршруте; климатических, погодных условий и природных явлений в районе похода; неблагоприятные свойства походных туристских технологий. Субъективные факторы риска в туризме как следствия неверных действий, решений туристов на маршруте и неудовлетворительной организации похода.

Тема 2.2. Методика комплектования медицинской аптечки и основы оказания первой (доврачебной) помощи в походных условиях

Характерные травмы и заболевания туристов в активных путешествиях. Принцип комплектования туристской медицинской аптечки как аптечки первой помощи. Важнейшие факторы, определяющие комплектование медицинской походной аптечки. Особенности комплектования туристской медицинской аптечки в зависимости от вида похода по способу передвижения и его сложности. Характерные

лекарственные препараты и материалы, которыми комплектуются туристские аптечки. перевязочные и кровоостанавливающие материалы, антисептические средства, сердечнососудистые и противошоковые препараты, болеутоляющие и жаропонижающие средства, желудочно-кишечные препараты.

Первая помощь при травматических повреждениях, ожогах и отморожениях. Техника остановки кровотечения: наложения жгута, давящих повязок. Первая помощь при переломах конечностей. Техника фиксации костных отломков (наложения шин) подручными средствами. Противошоковые и реанимационные мероприятия.

Раздел III. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ С РАЗЛИЧНЫМ КОНТИНГЕНТОМ НАСЕЛЕНИЯ

Тема 3.1. Понятие «туристский поход» и классификация походов. Содержание оздоровительных и спортивных туристских походов

Определение понятия «туристский поход» как разновидности туристских путешествий с активными способами передвижения по маршруту. Классификация походов на основании их главных целей. Спортивные и учебно-спортивные походы; рекреационные и учебно-рекреационные походы. Классификация туристских походов на основании способов передвижения участников. Характеристика пеших, лыжных, водных, велосипедных походов. Классификация походов по их продолжительности (туристская прогулка, поход выходного дня, многодневный поход).

Классификация рекреационных походов на основании их важнейших функций, содержания. Рекреационно-оздоровительные походы как путешествия с использованием специальных технологий для оздоровления его участников. Факторы оздоровления в походных условиях: природные рекреационные ресурсы, смена привычной обстановки (в том числе положительный эмоциональный фон путешествия, возникающий от пребывания в природной среде), регулярный режим питания и отдыха туристов, их рекреационная физическая активность и пр. Элементарные рекреационные занятия туристов в оздоровительном походе.

Рекреационно-познавательные походы как мероприятия сочетающие цели оздоровления (отдыха) туристов и познания. Характерные экскурсионно-познавательные объекты посещения на маршруте похода; их выбор в зависимости от познавательной тематики похода.

Спортивные походы по классифицированным маршрутам. Виды спортивных походов, выделяемые «Правилами проведения туристских походов» на основании способов передвижения участников по маршруту (пешеходные, лыжные, водные и др.) и условий похода (горные, спелеопоходы). Классификация спортивных туристских походов по категориям сложности. Требование к технической сложности маршрутов как

определяющее отличие спортивных походов от рекреационных походов. Нормативные требования к количественным параметрам спортивных туристских маршрутов (продолжительности похода; протяженности маршрута) и к их технической сложности. Понятие «классифицированный участок» маршрута. Определение уровня технической сложности маршрута по количеству и категории трудности классифицированных участков.

Тема 3.2. Понятия «экологический туризм» и «краеведение».

Характеристика экологических и краеведческих туристских походов

Понятие «экологический туризм». Комплекс признаков (требований), отличающих экологический туризм от иных видов туристской деятельности. Характеристика экологических походов, как разновидности активных рекреационно-познавательных мероприятий. Обязательный познавательный аспект программы экологических походов и экологическое образование населения. Формы познавательной деятельности на маршруте похода: экологические экскурсии, знакомство с охраняемыми растениями и характерными растительными сообществами, с памятниками природы и животным миром района путешествия. Понятия «экологическая экскурсия» и «экологическая тропа». Характеристика экскурсии по маркированным тропам на маршруте экологических походов.

Понятия «краеведение» и «краеведческий поход». Краеведение как синтетическое изучение определенной территории (географии, истории, культуры, экономики «родного края»). Характеристика краеведческих походов со школьниками и иными группами населения как разновидности рекреационно-познавательного похода. Цели и задачи краеведческого похода с учащимися. Содержание краеведческой работы в период подготовки и проведения похода. Объекты краеведческих наблюдений в походных условиях. Виды и формы организации простейших краеведческих наблюдений и оцениваемые характеристики погодных условий: атмосферное давление, температура и влажность воздуха, направление и сила ветра. Признаки устойчивой и ясной погоды; признаки перемены погоды, приближения грозы; виды облачности.

Тема 3.3. Методические основы организации туристских походов

Подготовка туристского похода как система мероприятий. Характерные задачи, решаемые на стадии подготовки похода: выбор района похода; разработка маршрута и плана похода; разработка продуктовой раскладки и раскладки походного снаряжения; комплектование туристской группы; оформление походной документации.

Выбор района путешествия как определяющая (стратегическая) задача его организации. Понятия «рекреационно-туристский потенциал» и «спортивно-туристский потенциал» района путешествия. Характеристика рекреационных и спортивных целевых объектов посещения на маршруте похода, средств, возможностей и условий проведения туристских походов

как компонентов туристского потенциала. Понятия «рекреационно-туристские ресурсы» и «спортивно-туристские ресурсы» района похода; их характеристика. Методика выбора района путешествия на основании его туристского потенциала.

Методика разработки маршрута рекреационно-познавательных походов выходного дня. Понятие «нитка маршрута» и ее компоненты. Основные факторы, учитываемые в процессе разработки нитки маршрута рекреационных походов. Выбор оптимальной тактической схемы маршрута для эффективного достижения целей похода. Понятие кольцевых, линейных маршрутов, участков радиального движения группы. Выбор удобных пунктов старта-финиша; мест организации полевых лагерей для ночлега и отдыха туристской группы.

План похода как основа походной тактики. Методика разработки плана похода. Составление календарного графика движения группы по маршруту. Определение участков движения по маршруту (дневных переходов) и их протяженности. Разработка плана рекреационных и экскурсионных мероприятий на маршруте. Понятия «режим движения» и «режим питания» в походе. Особенности выбора режима движения группы, динамики весовых нагрузок на участников похода. Особенности режима питания в зависимости от сезона проведения похода, особенностей маршрута похода.

Понятия «рацион питания туриста», «продуктовая раскладка», «меню питания». Методика разработки продуктовой раскладки многодневного похода (эмпирический метод). Классификация походного снаряжения. Методика выбора походного снаряжения. Факторы, определяющие выбор снаряжения: вид похода по способу передвижения; сезон осуществления похода и климатогеографическая характеристика района похода; особенности местности в районе похода (лесная, безлесная, равнинная, горная); техническая сложность похода. Основные требования к предметам снаряжения. Характерное личное и групповое снаряжение для проведения пеших и лыжных походов по лесной, равнинной местности. Основные принципы экипировки туристов. Специальные виды экипировки, обеспечивающие безопасность туристов. Методика составления раскладки походного личного и группового снаряжения.

Нормативные требования к составу (участникам и руководителям) рекреационных и спортивных походов согласно «Инструкции об организации участия обучающихся учреждений образования в туристских походах и экскурсиях» и «Правил проведения туристских походов». Распределение обязанностей в туристской группе.

Понятия «физическая нагрузка» и «физическая работоспособность». Объем и интенсивность физической нагрузки. Методика определения оптимальной физической нагрузки участников оздоровительных походов с учетом их возраста, уровня физической подготовленности. Методика планирования и регулирования (дозирования) физической нагрузки в походах со школьниками. Тактические приемы организации и проведения

похода, применяемые для регулирования физической нагрузки его участников. Предназначение и содержание гигиенических мероприятий в туризме. Личная и общественная гигиена; гигиена хранения продуктов в походных условиях. Профилактика простудных заболеваний и потертостей.

Понятие «проводящая (поход) организация». Маршрутный лист рекреационного похода как основание для совершения оздоровительных, рекреационно-познавательных походов. Содержание маршрутного листа туристской группы. Документация самостоятельной туристской группы. Маршрутная книжка спортивного похода и ее содержание. Порядок рассмотрения маршрутных документов. Утверждение заявленного маршрута, состава участников и руководителя спортивной группы, рациона питания и раскладки снаряжения маршрутно-квалификационной комиссией как важнейший компонент системы безопасности туристского путешествия.

Отчетная документация спортивного похода. Назначение и роль отчета о походе. Фотоотчет и письменный отчет о путешествии. Содержание письменного отчета (характерные разделы). Содержание и порядок оформления раздела «техническое описание» маршрута. Современные (компьютерные) методы оформления отчетов.

Раздел IV. ОСНОВЫ ТУРИСТСКОЙ ТЕХНИКИ И ТАКТИКИ

Тема 4.1. Понятие «техника туризма»; классификация техники туризма

Определение туристской техники как совокупности технических приемов и средств, применяемых для эффективного решения разнообразных туристских задач, в том числе, для обеспечения безопасности путешествия. Классификация техники туризма. Виды туристской техники (по назначению): техника передвижения по естественным препятствиям и страховки, техника ориентирования на местности, бивачных и поисково-спасательных работ. Техника индивидуальная и командная (групповая).

Тема 4.2. Основы туристской техники передвижения и страховки на классифицированных участках маршрута

Характерные локальные и протяженные естественные препятствия на маршрутах пеших и лыжных походов по равнинной (пересеченной) местности. Переправы через водные препятствия, лесные массивы, заболоченные участки местности и пр. Классификация лесных массивов и заболоченных участков местности на основании их проходимости. Классификация способов переправы через водные препятствия.

Характерные локальные и протяженные естественные препятствия для пеших и лыжных походов по местности с горным рельефом. Горные склоны и перевальные участки. Классификация горных склонов по их природе (характеру поверхности) и крутизне. Элементы ледового рельефа. Морены. Переправы через горные реки и ручьи. Характерная структура

классифицированных участков маршрута в пеших и лыжных походах по равнинным и горным территориям.

Туристская техника передвижения в пеших и лыжных походах. Техника передвижения по местности с выраженным рельефом (холмистой); по лесным массивам разной степени проходимости. Техника передвижения по кочкарниковому болоту. Техника передвижения группы по труднопроходимому болоту: устройство передвижной гати; организация страховки.

Техника (способы) переправ через водные препятствия. Переправа вброд. Признаки брода и организация переправы вброд. Переправы над водой (по камням, по бревну, навесная переправа). Переправы по воде. Особенности техники переправ в зависимости от характера реки – ее ширины и глубины, скорости течения, температуры воды. Выбор места времени и способа переправы, их взаимосвязь и взаимообусловленность.

Понятие страховки при преодолении горных склонов и на переправах через водные препятствия. Средства страховки (индивидуальные и групповые). Понятия «основная веревка» и «страховочные перила». Характерные индивидуальные средства страховки: страховочная система, ус само страховки, петля само страховки из репшура. Узлы, применяемые в туризме при работе с веревкой. Техника вязки узлов. Классификация техники страховки. Понятия «само страховка», «взаимная страховка», «массовая (перильная) страховка».

Статичная само страховка (усом само страховки) и само страховка в движении по перилам и без применения веревочных перил. Техника взаимной страховки. Одновременная страховка. Попеременная нижняя и верхняя страховка. Понятие «страховочная цепь» и характеристика элементов страховочной цепи.

Техника страховки на переправах через водные препятствия. Само страховка в движении при переправе через горные реки вброд (индивидуальная переправа с шестом; переправа нескольких участников «стенкой», «кругом»; по двое, лицом друг к другу, положив руки на плечи друг другу). Организация взаимной страховки первого участника при переправе горной реки вброд. Порядок организации страховочных перил на переправе через водное препятствие. Понятие «система полиспаста» и порядок натяжения основной веревки системой полиспаста. Техника страховки (само страховки) туристов на переправах над водой.

Тема 4.3. Топографическая подготовка туриста и техника ориентирования на местности

Понятия «топографическая подготовка» и «карта местности». Содержание топографической подготовки туриста. Понятия «численный и линейный масштаб карты» и «картографическая проекция». Классификация карт по масштабу и содержанию. Топографические условные знаки и общие правила их применения. Виды условных знаков: площадные (масштабные,

контурные), линейные, внемасштабные, пояснительные знаки и надписи. Графические средства, используемые для изготовления карт. Способы изображения рельефа на картах. Сущность изображения рельефа горизонталями и его чтение по горизонталям. Определение крутизны скатов на карте по системе горизонталей (по заложению горизонталей). Определение относительных и абсолютных высот местности по горизонталям.

Техника чтения топографической и спортивной карты по условным знакам. Простейшие способы измерения расстояний и площадей по топографической карте. Понятие географических и прямоугольных координат. Прямоугольные координаты объекта и порядок их определения на карте. Понятие «азимут». Азимуты истинный (географический) и магнитный. Понятие «магнитное склонение». Компас и техника измерения азимутов (направлений движения) по карте. Способ перехода от истинного азимута к магнитному азимуту.

Понятие картографической генерализации. Зависимость степени генерализации карты от ее масштаба, особенностей картографируемой территории и назначения карты. Точность карты. Разработка маршрута похода с использованием топографических карт, туристских карт и картосхем. Особенности работы с картой при составлении маршрутов пеших и лыжных походов.

Содержание понятия «ориентирование на местности». Ориентиры местности и их классификация. Способы определения точки стояния на местности и направления движения. Техника определения точки стояния способом обратной засечки. Определение направления движения на местности по компасу, по небесным светилам, по просекам и квартальным столбам, по естественным (природным) признакам. Способ определения сторон света по Солнцу и часам. Измерение азимутов на видимый ориентир (визирование). Техника точного движения по азимуту на местности с применением компаса. Техника движения на местности с чтением карты. Особенности техники ориентирования в пеших и лыжных походах.

Способы измерения расстояний на местности: глазомерный способ, измерение шагами. Определение расстояний по известным линейным размерам отдаленного объекта, по скорости и времени движения группы. Определение ширины реки или иного недоступного для прямого измерения препятствия геометрическим способом. Способы измерения крутизны склонов на местности: глазомерный способ, измерение склона туристским угломером.

Тема 4.4. Основы жизнеобеспечения туристов в природной среде и техника бивачных работ

Объективные факторы внешней среды, формирующие требования к жизнеобеспечению участников похода. Характер воздействия неблагоприятных факторов внешней среды (низких и высоких температур,

сильного ветра, пониженного содержания кислорода, повышенного уровня солнечной радиации в высокогорье и пр.) на участников спортивных походов. Факторы физической трудности маршрута, его технической сложности и их воздействие на участников спортивных походов. Учет комплекса климатогеографических факторов и факторов физической, технической сложности маршрута при организации жизнеобеспечения участников спортивных и рекреационных походов.

Понятия «туристский бивак» и «техника бивачных работ». Требования к организации бивака туристской группы. Виды туристских биваков. Техника организации ночлега в палатках. Требования, предъявляемые к палаткам для активного туризма и личному бивачному снаряжению. Классификация туристских палаток по назначению, конструкции, форме. Материалы, применяемые для изготовления туристских палаток. Меры предосторожности и безопасности во время бивачных работ и отдыха в палатке. Внешний вид бивака, меры по сохранению природной среды. Особенности техники организации ночлега туристской группы и применяемого бивачного снаряжения в лесной зоне, зимой и в межсезонье.

Правильная организация походного питания как важный фактор жизнеобеспечения группы. Режим питания в различных походных условиях. Вода и водно-солевой режим в походных условиях. Особенности организации питания в оздоровительных походах, осуществляемых по населенной местности. Особенности техники приготовления горячего питания для туристской группы в лесной и безлесной зоне, зимой и в межсезонье. Туристский костер и техника приготовления пищи на костре. Виды костров; применение их в зависимости от назначения. Разжигание костра в сложных метеоусловиях. Туристские нагревательные приборы и соответствующая техника приготовления пищи. Классификация нагревательных приборов.

Раздел V. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ТУРИСТСКИХ СОРЕВНОВАНИЙ

Тема 5.1. Туристские соревнования и их классификация

Туристские соревнования как особая форма спортивно-оздоровительной туристской деятельности. Содержание соревнований туристов – преодоление дистанций с применением туристской техники и тактики (соревнования в разнообразной технике и тактике туризма). Понятия «дистанция» и «технический этап» соревнований туристов.

Классификация туристских соревнований на основании их цели. Спортивные и рекреационно-спортивные туристские соревнования. Классификация туристских соревнований на основании формы их проведения. Очная и заочная формы соревнований в виде спорта «туризм спортивный». Чемпионаты, первенства, кубковые встречи в виде спорта «туристско-прикладные многоборья» (ТПМ). Классификация туристских

соревнований на основании социально-демографического состава участников (туристские соревнования учащихся, молодежные первенства по ТПМ) и масштаба (группы соревнований по ТПМ).

Разнообразие форм и содержания рекреационно-спортивных соревнований туристов: туристские слеты, туристские марафоны, соревнования по технике поисково-спасательных работ («школы выживания»), мультигонки, тренинги (веревочные курсы).

Тема 5.2. Организация и проведение туристских соревнований учащихся, туристских слетов и иных массовых туристских мероприятий

Понятие «учебно-контрольные соревнования туристов». Основные цели и содержание учебно-контрольных соревнований по компонентам туристской техники. Комплексная дистанция, включающая упражнения во всех компонентах туристской техники как оптимальный метод проведения учебно-контрольных соревнований школьников. Упражнения по индивидуальной технике передвижения по естественным препятствиям и технике страховки (самоохранки): преодоление склона (подъем-траверс-спуск); преодоление водного препятствия (виды переправ); вязка специальных узлов. Упражнения по индивидуальной технике ориентирования (в варианте азимутального ориентирования, ориентирования в заданном направлении, ориентирования по выбору). Упражнение в командной технике транспортировки «пострадавшего» (на носилках из подручных средств). Упражнения в командной технике туристского бивака (установка палатки; разведение костра).

Соревнования школьников по технике туризма. Цели и задачи соревнований школьников. Содержание и параметры характерных дистанций соревнований школьников: дистанции туристской техники (полоса препятствий) и контрольно-туристского маршрута. Методика планирования и оборудования на местности дистанций учебно-контрольных соревнований и соревнований школьников по технике туризма. Требования по обеспечению безопасности участников соревнований учащихся.

Методика организации и проведения туристских соревнований учащихся. Задачи, решаемые оргкомитетом соревнований и судейской коллегией в период подготовки и проведения соревнований. Определение технической сложности упражнений, параметров естественных препятствий в зависимости от возраста и уровня туристской подготовки учащихся. Принцип комплектования команд, подготовка протоколов соревнований (по каждому виду упражнений). Организация учебного судейства по круговой системе. Методика определения результатов туристских соревнований учащихся.

Цели и задачи туристских слетов. Программа туристских слетов, как особой формы рекреационно-спортивных туристских мероприятий, предназначенных для популяризации туризма и пропаганды здорового образа жизни среди широких слоев населения. Спортивная и конкурсная программы

туристских слетов. Содержание спортивной программы слетов (виды дистанций и соревнований) и конкурсной программы. Полоса техники пешеходного туризма как характерная дистанция туристских слетов (ее содержание, виды оцениваемой техники, количественные параметры).

Мероприятия по подготовке туристских слетов: формирование судейской коллегии слета, выбор района его проведения, планирование и оборудования дистанций, материально-техническое обеспечение соревнований. Содержание «Положения о туристском слете». Проведение соревнований на туристских дистанциях слета: организация судейства и принципы определения результатов.

Цели и содержание иных рекреационно-спортивных туристских соревнований (туристских марафонов, мультитриатлона и пр.). Содержание тренинга «веревочный курс» как особого мероприятия, направленного на формирование навыков коллективного решения производственных (образовательных) задач, где используются туристские технологии.

Тема 5.3. Содержание соревнований по туристско-прикладным многоборьям и классификация дистанций ТПМ

Нормативные документы вида спорта «ТПМ»: «Правила соревнований по ТПМ» и разрядные требования Единой спортивной классификации Республики Беларусь. Содержание соревнований по ТПМ; виды дистанций ТПМ. Классы сложности дистанций ТПМ. Методика классифицирования дистанций ТПМ (на примере соревнований в технике горно-пешеходного туризма). Понятие «суммарный показатель сложности» (СПС) дистанций и этапов ТПМ и его составляющие. Шкала чисел Фибоначчи как осевая шкала эталонных значений для определения СПС дистанций и этапов ТПМ разных классов. Методика экспертной оценки СПС дистанций (технических этапов) в ТПМ.

Тема 5.4. Основы планирования дистанций туристских соревнований. Методика судейства и определения результатов туристских соревнований

Методика планирования и оборудования на местности дистанций учебно-контрольных соревнований. Требования по обеспечению безопасности участников учебных соревнований на этапах техники передвижения по естественным препятствиям, транспортировки «пострадавшего» и ориентирования.

Методические основы планирования дистанций и этапов ТПМ. Принципы планирования дистанций и этапов ТПМ. Единая лично-командная дистанция пятого класса сложности: характерные личные и командные технические этапы. Разновидности тактической схемы дистанции. Порядок определения мест локализации технических этапов дистанции; планирование протяженности дистанции и отдельных ее участков, вероятных путей движения команд и участников по дистанции.

Методические основы постановки на местности технических этапов преодоления склона, переправ через водное препятствие, ориентирования на местности. Приемы обеспечения безопасности участников соревнований, используемые при постановке технических этапов, в том числе организация судейской страховки. Прием оборудования нескольких трасс движения команд и участников

Судейство соревнований туристов. Методика судейской оценки технико-тактических действий участников соревнований и скорости преодоления дистанций и этапов соревнований. Особенности определения результатов различных видов соревнований туристов.

Порядок балльной оценки техники и скорости преодоления дистанций (этапов) участниками и командами в виде спорта «ТПМ». Оценка техники участников и команд с использованием системы штрафов за неправильные технико-тактические действия. Оценка времени преодоления дистанции (этапа) с использованием коэффициента времени. Понятие лимитированного и технического контрольного времени преодоления дистанций и этапов ТПМ. Порядок подготовки и заполнения судейских протоколов судьей этапа.

Учебно-методическая карта дисциплины «Туризм»
дневная форма получения образования

Номер раздела, темы занятия	Название раздела, темы занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов				Самостоятельная (внеаудиторная) работа студентов	Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	Литература	Формы контроля знаний
		Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Управляемая самостоятельная работа студентов				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4 семестр									
1.	КЛАССИФИКАЦИЯ ТУРИСТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. ПРОГРАММНО-НОРМАТИВНЫЕ ОСНОВЫ ТУРИЗМА В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ (4)	2			2	4			
1.1.	<p>Основные понятия сферы туризма. Классификация туризма. Содержание и формы спортивно-оздоровительной туристской деятельности в Республике Беларусь (2)</p> <p>1. Определение основных понятий сферы туризма: «путешествие», «туризм», «рекреация».</p> <p>2. Классификация туристской деятельности.</p> <p>3. Виды рекреационного, экскурсионно-познавательного и спортивного туризма.</p> <p>4. Система рекреационного туризма. Содержание рекреационно-туристских мероприятий.</p> <p>5. Система спортивного туризма в Республике Беларусь, включающая в себя два вида спорта, внесенных в ЕСК РБ: «туризм спортивный» и «туристско-прикладные многоборья».</p> <p>6. Содержание вида спорта «туризм спортивный»: походы по классифицированным маршрутам, включающим естественные препятствия различной категории трудности. Заочная и очная формы соревнований в виде спорта «туризм спортивный».</p> <p>7. Содержание вида спорта «туристско-прикладные многоборья»: преодоление дистанций, предусматривающее применение спортсменами разнообразной техники и тактики спортивного туризма.</p>	2				2		[1о] [2о] [1д]	Устный опрос

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.2.	<p>Система управления и программно-нормативные основы спортивно-оздоровительной туристской деятельности в Республике Беларусь (2)</p> <p>1. Система управления спортивно-оздоровительным туризмом в Республике Беларусь.</p> <p>2. Министерство спорта и туризма Республики Беларусь как республиканский орган государственного управления, уполномоченный осуществлять государственную политику в области туризма, координировать деятельность иных туристских организаций.</p> <p>3. Общественные туристские организации: Республиканский туристско-спортивный союз, Маршрутно-квалификационные комиссии; их функции.</p> <p>4. Программно-нормативные документы, регулирующие туристскую деятельность. Основные положения «Правил проведения туристских походов» и «Инструкции об организации участия обучающихся учреждений образования в туристских походах и экскурсиях» как нормативных документов, регулирующих спортивно-туристскую и рекреационно-туристскую деятельность.</p> <p>5. Единая спортивная классификация (ЕСК) Республики Беларусь как нормативный документ регулирующий присвоение спортивных разрядов и званий в видах спорта «туризм спортивный» и «туристско-прикладные многоборья».</p>				2(лк)	2		[1о] [2д]	Контрольная работа
2.	ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ И ОКАЗАНИЕ ДОВРАЧЕБНОЙ ПОМОЩИ В ТУРИСТСКОМ ПОХОДЕ (4)			4		4			
2.1.	<p>Определение риска в туристской деятельности; объективные и субъективные факторы риска (2)</p> <p>1. Понятие «риск» («опасность») по отношению к туристской деятельности.</p> <p>2. Классификация факторов риска на основании периода их воздействия (предварительные, непосредственные) и роли личности в возникновении потенциальной.</p> <p>3. Объективные и субъективные факторы риска в туризме.</p>			2		2		[3о] [4о]	Практическое выполнение заданий

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2.2.	<p>Методика комплектования медицинской аптечки и основы оказания первой (доврачебной) помощи в походных условиях (2)</p> <p>1. Характерные травмы и заболевания туристов в активных путешествиях.</p> <p>2. Принцип комплектования туристской медицинской аптечки. Важнейшие факторы, определяющие комплектование медицинской походной аптечки. Особенности комплектования туристской медицинской аптечки в зависимости от вида похода по способу передвижения и его сложности.</p> <p>3. Характерные лекарственные препараты и материалы, которыми комплектуются туристские аптечки.</p> <p>4. Первая помощь при травматических поражениях, ожогах и отморожениях.</p> <p>5. Техника остановки кровотечения: наложения жгута, давящих повязок.</p> <p>6. Первая помощь при переломах конечностей. Техника фиксации костных отломков (наложения шин) подручными средствами.</p> <p>7. Противошоковые и реанимационные мероприятия.</p>			2		2		[2о] [3д]	Практическое выполнение заданий
3.	ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ С РАЗЛИЧНЫМ КОНТИНГЕНТОМ НАСЕЛЕНИЯ (8)	2	2		4	4			
3.1.	<p>Понятие «туристский поход» и классификация походов. Содержание оздоровительных и спортивных туристских походов (2)</p> <p>1. Определение понятия «туристский поход». Классификация походов на основании их главных целей, на основании способов передвижения участников. Классификация походов по их продолжительности.</p> <p>2. Классификация рекреационных походов.</p> <p>3. Спортивные походы по классифицированным маршрутам. Виды спортивных походов, выделяемые «Правилами проведения туристских походов» на основании способов передвижения участников по маршруту и условий похода.</p> <p>4. Классификация спортивных туристских походов по категориям сложности. Требование к технической сложности маршрутов как определяющее отличие спортивных походов от рекреационных походов.</p> <p>5. Нормативные требования к количественным параметрам спортивных туристских маршрутов и к их технической сложности.</p>	2				2		[1о] [2о] [1д]	Защита творческих заданий

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3.2.	<p>Понятия «экологический туризм» и «краеведение». Характеристика экологических и краеведческих туристских походов (2)</p> <p>1. Понятие «экологический туризм». Характеристика экологических походов.</p> <p>2. Формы познавательной деятельности на маршруте похода: экологические экскурсии, знакомство с охраняемыми растениями и характерными растительными сообществами, с памятниками природы и животным миром района путешествия.</p> <p>3. Понятия «экологическая экскурсия» и «экологическая тропа». Характеристика экскурсии по маркированным тропам.</p> <p>4. Понятия «краеведение» и «краеведческий поход». Характеристика краеведческих походов.</p> <p>5. Цели и задачи краеведческого похода с учащимися. Содержание краеведческой работы в период подготовки и проведения похода.</p> <p>6. Объекты краеведческих наблюдений в походных условиях. Виды и формы организации простейших краеведческих наблюдений и оцениваемые характеристики погодных условий: атмосферное давление, температура и влажность воздуха, направление и сила ветра.</p>		2			2		[4д] [5д]	Опрос, защита результатов учебных занятий
3.3.	Методические основы организации туристских походов (4)				4				
3.3.1	<p>1. Подготовка туристского похода как система мероприятий. Задачи, решаемые на стадии подготовки похода.</p> <p>2. Понятия «рекреационно-туристский потенциал» и «спортивно-туристский потенциал» района путешествия; их характеристика.</p> <p>3. Методика выбора района путешествия.</p> <p>4. Методика разработки маршрута рекреационно-познавательных походов выходного дня. Понятие «нитка маршрута» и ее компоненты. Основные факторы, учитываемые в процессе ее разработки.</p> <p>5. Выбор удобных пунктов старта-финиша; мест организации полевых лагерей для ночлега и отдыха туристской группы.</p> <p>6. План похода как основа походной тактики. Методика разработки плана похода. Составление календарного графика движения.</p> <p>7. Определение участков движения по маршруту и их протяженности. Понятие «режим движения» в походе.</p>				2(лк)		Топографические и спортивные карты разных районов и различных масштабов	[2о] [3о] [1д] [4д]	Контрольная работа

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3.3.2	<p>1. Понятия «рацион питания туриста», «продуктовая раскладка», «меню питания». Методика разработки продуктовой раскладки многодневного похода</p> <p>2. Классификация походного снаряжения. Методика выбора снаряжения. Методика составления раскладки походного личного и группового снаряжения.</p> <p>3. Нормативные требования к составу рекреационных и спортивных походов согласно «Инструкции об организации участия обучающихся учреждений образования в туристских походах и экскурсиях» и «Правил проведения туристских походов». Распределение обязанностей в туристской группе.</p> <p>4. Понятие «проводящая организация». Маршрутный лист рекреационного похода. Маршрутная книжка и ее содержание.</p>				2(пр)		Палатки, рюкзаки, спальники, коврики	[1о] [1д]	Решение практико-ориентированных задач
4.	ОСНОВЫ ТУРИСТСКОЙ ТЕХНИКИ И ТАКТИКИ (18)	4	2	12		8			
4.1.	<p>Понятие «техника туризма»; классификация техники туризма (2)</p> <p>1. Определение туристской техники как совокупности технических приемов и средств, применяемых для эффективного решения разнообразных туристских задач. Классификация техники туризма.</p> <p>2. Виды туристской техники (по назначению): техника передвижения по естественным препятствиям и страховки, техника ориентирования на местности, бивачных и поисково-спасательных работ. 3. Техника индивидуальная и командная (групповая).</p>	2				2		[2о] [1д] [3д]	Устный опрос
4.2.	Основы туристской техники передвижения и страховки на классифицированных участках маршрута (6)			6		2			
4.2.1.	<p>1. Характерные локальные и протяженные естественные препятствия на маршрутах пеших и лыжных походов.</p> <p>2. Классификация способов переправы через водные препятствия.</p> <p>3. Понятие страховки при преодолении горных склонов и на переправах через водные препятствия. Средства страховки. Понятия «основная веревка» и «страховочные перила». Характерные индивидуальные средства страховки.</p> <p>4. Узлы, применяемые в туризме при работе с веревкой. Техника вязки узлов. 5. Классификация техники страховки. Понятия «самостраховка», «взаимная страховка», «массовая (перильная) страховка».</p>			2		2	Веревки д 6, мм 9 мм, репшнуры	[2о] [1д] [6д]	Практическое выполнение заданий

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4.2.2.	<p>1. Классификация лесных массивов и заболоченных участков местности на основании их проходимости.</p> <p>2. Классификация способов переправы через водные препятствия.</p> <p>3. Туристская техника передвижения в пеших и лыжных походах. Техника передвижения по лесным массивам разной степени проходимости.</p> <p>4. Характерная структура классифицированных участков маршрута в пеших и лыжных походах по равнинным и горным территориям.</p> <p>5. Понятие страховки при преодолении горных склонов и на переправах через водные препятствия.</p>			2			Веревки, репшнуры, карабины, блоки, ИСС.	[2о] [1д] [3д]	Практическое выполнение заданий
4.2.3.	<p>1. Техника взаимной страховки. Одновременная страховка. Попеременная нижняя и верхняя страховка.</p> <p>2. Понятие «страховочная цепь» и характеристика элементов страховочной цепи.</p> <p>3. Техника страховки на переправах через водные препятствия. Понятие «система полиспаста» и порядок натяжения основной веревки системой полиспаста.</p> <p>4. Техника переправ через водные препятствия. Переправа вброд.</p> <p>5. Переправы над водой (по камням, по бревну, навесная переправа).</p> <p>6. Особенности техники переправ в зависимости от характера реки - ее ширины и глубины, скорости течения, температуры воды. Выбор места времени и способа переправы, их взаимосвязь и взаимообусловленность</p>			2				2о] [1д] [6д]]	Решение практико-ориентированных задач
4.3	Топографическая подготовка туриста и техника ориентирования на местности (8)	2	2	4		2			
4.3.1.	<p>1. Понятия «топографическая подготовка» и «карта местности».</p> <p>2. Понятия «численный и линейный масштаб карты» и «картографическая проекция». Классификация карт по масштабу и содержанию.</p> <p>3. Виды условных знаков. Способы изображения рельефа на картах.</p> <p>4. Топографические условные знаки и общие правила их применения.</p> <p>5. Виды условных знаков: площадные, линейные, внемасштабные, пояснительные знаки и надписи.</p>	2				2	Спортивные карты, компасы.	[2о] [3о] [1д]	Защита творческих заданий

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4.3.2.	<p>1. Техника чтения топографической и спортивной карты по условным знакам. Простейшие способы измерения расстояний и площадей по карте.</p> <p>2. Понятие «азимут». Азимуты истинный и магнитный. Понятие «магнитное склонение».</p> <p>3. Компас и техника измерения азимута по карте. Способ перехода от истинного азимута к магнитному азимуту.</p> <p>4. Понятие картографической генерализации. Зависимость степени генерализации карты от ее масштаба, особенностей картографируемой территории и назначения карты.</p> <p>5. Разработка маршрута похода с использованием топографических карт, туристских карт и картосхем.</p>		2				Спортивные карты, компасы.	[2о] [3о] [1д]	Опрос, письменное задание
4.3.3.	<p>1. Содержание понятия «ориентирование на местности». Ориентиры местности и их классификация.</p> <p>2. Способы определения точки стояния на местности и направления движения. Техника определения точки стояния способом обратной засечки.</p> <p>3. Определение направления движения на местности по компасу, по небесным светилам, по просекам и квартальным столбам, по природным знакам.</p> <p>4. Измерение азимута на видимый ориентир. Техника точного движения по азимуту на местности с применением компаса. Техника движения на местности с чтением карты.</p>			2			Спортивные карты, компасы.	[2о] [3о] [1д] [6д]	Практическое выполнение заданий
4.3.4.	<p>1. Способы измерения расстояний на местности: глазомерный способ измерения шагами.</p> <p>2. Определение расстояний по известным линейным размерам отдаленного объекта, по скорости и времени движения группы.</p> <p>3. Определение ширины недоступного для прямого измерения препятствия геометрическим способом.</p> <p>4. Способы измерения крутизны склонов на местности.</p>			2				[2о] [3о] [1д]	Практическое выполнение заданий
4.4.	<p>Основы жизнеобеспечения туристов в природной среде и техника бивачных работ (2)</p> <p>1. Объективные факторы внешней среды, формирующие требования к жизнеобеспечению участников похода. Факторы физической трудности маршрута, его технической сложности и их воздействие на участников спортивных походов.</p>			2		2	палатки	[1о] [2о] [3д]	Практическое выполнение заданий

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4.4.	<p>2. Понятия «туристский бивак» и «техника бивачных работ». Требования к организации бивака туристской группы. Техника организации ночлега в палатках. Требования, предъявляемые к палаткам для активного туризма и личному бивачному снаряжению.</p> <p>3. Правильная организация питания как важный фактор жизнеобеспечения группы. Особенности техники приготовления горячего питания для туристской группы в лесной и безлесной зоне, зимой и в межсезонье.</p> <p>4. Виды костров; применение их в зависимости от назначения. Разжигание костра в сложных метеоусловиях.</p>								
5.	ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ТУРИСТСКИХ СОРЕВНОВАНИЙ (8)	2		4	2	6			
5.1.	<p>Туристские соревнования и их классификация (2)</p> <p>1. Туристские соревнования как особая форма спортивно-оздоровительной туристской деятельности. Понятия «дистанция» и «технический этап» соревнований туристов.</p> <p>2. Классификация туристских соревнований на основании их цели, формы проведения, социально-демографического состава участников и масштаба.</p> <p>3. Разнообразие форм и содержания рекреационно-спортивных соревнований туристов.</p>	2				2		[1о] [2о] [4о] [6о]	Устный опрос
5.2.	<p>Организация и проведение туристских соревнований учащихся, туристских слетов и иных массовых туристских мероприятий (2)</p> <p>1. Соревнования школьников по технике туризма. Цели и задачи соревнований школьников.</p> <p>2. Содержание и параметры дистанции туристской техники (полоса препятствий) и контрольно-туристского маршрута.</p> <p>3. Требования по обеспечению безопасности участников соревнований учащихся.</p> <p>4. Методика организации и проведения туристских соревнований учащихся. Задачи, решаемые оргкомитетом соревнований и судейской коллегией в период подготовки и проведения соревнований</p> <p>5. Цели и задачи туристских слетов. Программа туристских слетов.</p> <p>6. Спортивная и конкурсная программы туристских слетов. Содержание спортивной и конкурсной программы слетов .</p>			2		2		[1о] [2д]	Практическое выполнение заданий

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5.3.	<p>Содержание соревнований по туристско-прикладным многоборьям (ТПМ) и классификация дистанций ТПМ (2)</p> <p>1. Нормативные документы: «Правила соревнований по ТПМ» и разрядные требования ЕСК РБ.</p> <p>2. Содержание соревнований по ТПМ; виды дистанций ТПМ.</p> <p>3. Классы сложности дистанций ТПМ. Методика классифицирования дистанций ТПМ.</p>			2		2		[2о] [2д]	Практическое выполнение заданий
5.4.	<p>Тема 5.4 Основы планирования дистанций туристских соревнований. Методика судейства и определения результатов туристских соревнований (2)</p> <p>1. Методические основы и принципы планирования дистанций и этапов ТПМ.</p> <p>2. Разновидности тактической схемы дистанции. Порядок определения мест локализации технических этапов дистанции; планирование протяженности дистанции и отдельных ее участков.</p> <p>3. Методика планирования и оборудования на местности дистанций учебно-контрольных соревнований.</p> <p>4. Требования по обеспечению безопасности участников учебных соревнований на этапах техники передвижения по естественным препятствиям, транспортировки «пострадавшего» и ориентирования.</p> <p>5. Методические основы постановки на местности технических этапов преодоления склона, переправ через водное препятствие, ориентирования на местности.</p> <p>6. Методика судейской оценки технико-тактических действий участников соревнований и скорости преодоления дистанций и этапов соревнований.</p> <p>7. Порядок бальной оценки техники и скорости преодоления дистанций участниками и командами в виде спорта «ТПМ».</p>				2(пр)			[1о] [2о] [4о] [6о]	Контрольная работа
	Итого (68 ч)	10	4	20	8	26			зачет
	Всего аудиторных часов	42							

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ЛИТЕРАТУРА

Основная литература

1. Новиков, В. Н. Правовое регулирование туристической деятельности : учеб.-метод. пособие / В. Н. Новиков, Д. Н. Киселев ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2017. – 244 с.
2. Подлиских, В. Е. Спортивный и рекреационный туризм. Вопросы и ответы : пособие / В. Е. Подлиских, В. М. Литвинович ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2013. – 150 с.
3. Фурманов, А. Г. Физическая рекреация: активный отдых, спорт для всех, оздоровление, туризм : учеб. для студентов вузов по специальности «Туризм и гостеприимство» / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2012. – 495 с.
4. Шумик, В. Я. Организация туристских мероприятий с обучающимися: вопросы безопасности : справ. пособие для рук. учреждений образования (шк., гимназий, лицеев, ПТУ, колледжей) / В. Я. Шумик. – Минск : Новая шк., 2007. – 304 с.

Дополнительная литература

1. Вяткин, Л. А. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. пособие для студентов пед. вузов / Л. А. Вяткин, Е. В. Сидорчук. – 3-е изд., стер. – М. : Академия, 2008. – 208 с.
2. Ганопольский, В. И. Организация массовой туристской работы в Республике Беларусь : метод. рекомендации / В. И. Ганопольский ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Науч.-исслед. ин-т физ. культуры и спорта. – Минск : НИИФКиС, 2008. – 99 с .
3. Захарин, В. С. Энциклопедия юного туриста / В. С. Захарин, Т. К. Захарина. – Минск : Беларус. энцыкл., 2016. – 72 с.
4. Константинов, Ю. С. Детско-юношеский туризм : пособие для педагогов общеобразоват. учреждений, учреждений внешк. воспитания и обучения / Ю. С. Константинов, С. С. Митрахович. – Минск : Нац. ин-т образования, 2010. – 208 с.
5. Организация туристско-краеведческой работы с учащимися : пособие / сост. А. В. Солдатова. – Минск : Красико-Принт, 2016. – 128 с.
6. Туристические слёты / ред.-сост. Л. И. Жук. – Минск : Красико-Принт, 2013. – 126 с.

ПЕРЕЧЕНЬ НЕОБХОДИМОГО ОБОРУДОВАНИЯ, НАГЛЯДНЫХ ПОСОБИЙ

1. Компьютерная презентация №1 «Основные понятия сферы туризма. Классификация туризма».
2. Компьютерная презентация №2 «Содержание и формы спортивно-оздоровительной туристской деятельности в Республике Беларусь».
3. Компьютерная презентация №3 «Понятие «туристский поход»; классификация туристских походов».
4. Компьютерная презентация №4 «Основы туристской техники передвижения и страховки».
5. Компьютерная презентация №5 «Топографическая подготовка туриста».
6. Компьютерная презентация №6 «Техника ориентирования на местности».
7. Компьютерная презентация №7 «Туристские соревнования и их классификация».
8. Снаряжение для проведения практических занятий: основные и вспомогательные веревки, индивидуальные страховочные системы и иные средства страховки, блоки-ролики, туристские горелки
9. Туристские и топографические карты Республики Беларусь масштаба 1:100000, 1: 200000; спортивные карты территорий учебных полигонов.
10. Инструменты и материалы для проведения практических занятий: секундомеры, циркули-измерители, компасы, курвиметры, перевязочные средства.

ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ И КОНТРОЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

4 семестр

Тема 1.2. Система управления и программно-нормативные основы спортивно-оздоровительной туристской деятельности в Республике Беларусь (2 часа лекции)

МОДУЛЬ 1

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания.

Задание 1. Характеристика системы управления спортивно-оздоровительным туризмом в Республике Беларусь. Функции государственных органов управления спортивно-оздоровительным туризмом и общественных туристских организаций.

Вопросы:

7. Что мы понимаем под словом «управление»?
8. Каковы приоритетные цели государственного управления туристской деятельностью?
9. Каковы функции государственных органов управления в сфере туризма?
10. Каков состав элементов, структура и функции системы управления спортивным и рекреационным туризмом?
11. Какие организации организуют туристскую работу в регионах?
12. Какие еще органы и организации управляют спортивным и рекреационным туризмом?

Форма контроля - опрос.

МОДУЛЬ 2

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения.

Задание 2. Перечислить нормативные правовые основы спортивного и рекреационного туризма.

Вопросы:

6. Как принято классифицировать нормативные правовые акты, регулирующие туристскую деятельность?
7. Какие специальные законы регулируют туристскую деятельность в Республике Беларусь?
8. Какие подзаконные акты регулируют сферу спортивно-оздоровительного туризма?
9. Что регулируют «Правила проведения туристских походов»?
10. Какой важнейший нормативный документ, регулирующий рекреационную и спортивную туристскую деятельность учащихся?

Форма контроля: контрольная работа.

МОДУЛЬ 3

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний.

Задание 3. Определить порядок выполнения и присвоения разрядов в виде спорта «Туризм спортивный». Разрядные требования.

Вопросы:

3. Какие документы определяют нормы для присвоения разрядов и званий в туристских видах спорта?
4. Какие нормы установлены ЕСК РБ для получения определенных разрядов и званий в виде спорта «спортивный туризм»?

Форма контроля: практическое выполнение

Тема 3.3.1. Методические основы организации туристских походов (2 часа лекции)

МОДУЛЬ 1

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания.

Задание 1. Мероприятия по подготовке туристского похода.

Вопросы:

5. Охарактеризуйте систему мероприятий по подготовке туристского похода. Какие задачи, решают туристы на стадии подготовки похода?
6. Как выбрать район путешествия.

Форма контроля - опрос

МОДУЛЬ 2

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения.

Задание 2. Методика разработки маршрута рекреационно-познавательных походов выходного дня.

3. Понятие «нитка маршрута» и ее компоненты. Основные факторы, учитываемые в процессе ее разработки.
4. Выбор удобных пунктов старта-финиша; мест организации полевых лагерей для ночлега и отдыха туристской группы.
7. Методика разработки плана похода. Составление календарного графика движения.
8. Определение участков движения по маршруту и их протяженности. Понятие «режим движения» в походе.

Форма контроля: контрольная работа.

МОДУЛЬ 3

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний.

Задание 3. Практическое выполнение.

Используя топографическую или туристскую карту масштаба 1:100 000 - 1:200 000 студенту необходимо разработать маршрут пешеходного (лыжного) рекреационно-оздоровительного похода выходного дня. При разработке маршрута следует исходить из следующих параметров. Протяженность маршрута должна составить 30-50км; продолжительность похода - 3 дня. Условный контингент участников похода - школьники старших классов (14-16 лет), представители производственного коллектива в

возрасте 20-40 лет. Маршрут должен включать 2-3 рекреационных объекта посещения. Студенту следует нанести на карту нитку маршрута и указать на ней пункты старта, финиша; полевых ночлегов (биваков) после каждого дневного перехода, а также отметить рекреационные объекты посещения.

В результате выполнения задания студент дает краткую характеристику разработанного маршрута (в устной или письменной форме), которая включает:

- нитку маршрута с указанием 3-4 опорных ориентиров на каждый из 3-х дней похода;
- ориентиры начала и окончания каждого дневного перехода;
- протяженность дневных переходов и общую протяженность маршрута;

краткую характеристику включенных в маршрут рекреационных объектов посещения. Форма контроля: практическое выполнение.

Тема 3.3.2. Методические основы организации туристских походов (2 часа практические)

МОДУЛЬ 1

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания.

Задание 1. Охарактеризовать термины: «рацион питания», «меню питания», «режим питания», «продуктовая раскладка туристского похода»

Вопросы:

4. Что означают понятия «рацион питания», «меню питания», «режим питания»?
5. Какими факторами определяется выбор походных продуктов?
6. Какие продукты являются более предпочтительными для организации походного питания?

Форма контроля - опрос.

МОДУЛЬ 2

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения.

Задание 2. Разработать оптимальный алгоритм продуктовой раскладки туристского похода?

Вопросы:

5. Каков оптимальный алгоритм составления продуктовой раскладки туристского похода?
6. Что мы понимаем под «эмпирическим подходом» к составлению продуктовой раскладки?
7. Как составить меню питания туристского похода?
8. Как составить список продуктов раскладки и рассчитать их необходимую массу?

Форма контроля: контрольная работа.

МОДУЛЬ 3

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний.

Задание 3. Составить меню походного питания и продуктовую раскладку для пешего или лыжного туристского похода выходного дня.

При выполнении работы следует исходить из следующих параметров: продолжительность похода - 3 дня; количество участников - 6 человек; планируемая масса «сухих» продуктов в расчете на человека, на сутки похода ($X_{\text{планируемое}}$) может варьировать от 900 до 1100 г. Предполагается, что в пешем походе используется трехразовый режим горячего питания (завтрак, обед, ужин) и «карманное» холодное питание. В лыжном походе обед заменяется «большим перекусом» из холодных закусок и горячего чая, а суп готовится в дополнение к основному горячему блюду ужина.

Последовательность действий при выполнении задания:

6. составить меню питания для пешего либо лыжного многодневного похода (по заданной форме);
7. исходя из меню, внести список всех необходимых продуктов в соответствующую графу продуктовой раскладки;
8. исходя из известных норм расхода каждого продукта на одну варку (на сутки похода), рассчитать массу каждого продукта из списка раскладки, необходимую на весь срок похода. Нормы расхода продуктов представлены в рекомендованной специальной литературе;
9. определить суммарную массу списка «сухих» продуктов, требующихся для выполнения походного меню питания. Далее определить главный количественный показатель раскладки - массу всех «сухих» продуктов в перерасчете на одного участника, на сутки похода ($X_{\text{расчетное}}$) и сравнить его с аналогичным планируемым показателем ($X_{\text{планируемое}}$);
10. если $X_{\text{расчетное}}$ значительно отличается от $X_{\text{планируемое}}$, скорректировать показатели массы продуктов в раскладке и добиться нужного показателя $X_{\text{расчетное}}$, укладывающегося в заданные границы варьирования $X_{\text{планируемое}}$ (900-1100 г/чел/сутки).

Форма контроля: практическое выполнение

Тема 5.4. Основы планирования дистанций туристских соревнований. Методика судейства и определения результатов туристских соревнований (2 часа практические)

МОДУЛЬ 1

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания.

Задание 1. Характеристика основных принципов планирования дистанции туристско-прикладного многоборья?

Вопросы:

4. Каковы основные принципы планирования дистанции туристско-прикладного многоборья? Каково содержание дистанции соревнований V группы (класса «новичков»)?

5. Какие характерные этапы ТПМ оценивают технику туристов?
6. Что представляет собой обычная схема дистанции ТПМ?

Форма контроля - опрос.

МОДУЛЬ 2

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения.

Задание 2. Охарактеризовать методику судейства и определения результатов туристских соревнований

4. Как планировать и устанавливать отдельные технические этапы соревнований по ТПМ?
5. Как определяется результат преодоления отдельного технического этапа длинной дистанции и результат преодоления короткой дистанции?
6. Как определяется результат соревнований на длинной дистанции?

Форма контроля: контрольная работа.

МОДУЛЬ 3

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний.

Задание 3. Спланировать лично-командную дистанцию туристско-прикладных многоборий V класса в технике горно-пешеходного туризма

Используя карту для спортивного ориентирования, студенту необходимо разработать маршрут лично-командной дистанции соревнований по туристско-прикладному многоборью в технике горно-пешеходного туризма (дистанцию V класса сложности). Протяженность дистанции - 4-5км. На дистанции следует установить следующие технические этапы: «Преодоление склона с самостраховкой на перилах (подъем-траверс-спуск)» (личный этап); «Ориентирование в заданном направлении» (личный этап); «Переправа по бревну через ручей (сухой овраг) с самостраховкой на судейских перилах» (личный этап); «Транспортировка «пострадавшего» на вязаных носилках» (командный этап); «Переправа вброд через реку с наведением перил» (командный этап).

Последовательность действий при выполнении задания:

- изучить спортивную карту: ее масштаб и сечение рельефа, нанесенную дорожную сеть, рельеф местности, сеть объектов гидрографии;
 - определить место старта-финиша дистанции. К данному месту должны вести удобные пути подхода (подъезда) команд, он должен быть удобным для размещения команд, зрителей и для работы судейской коллегии;
 - определить ряд возможных участков для размещения технического этапа преодоления склона и этапов переправ. Соответственно на карте следует найти подходящие склоны (карьеры, холмы), реки, ручьи и овраги;
 - определить возможный район постановки этапа ориентирования.
- Выбрать на карте удобную точку старта-финиша этапа, надежные ориентиры- «привязки» к контрольным пунктам (КП) и ориентиры для

установки самих КП. Следует применить кольцевую схему постановки дистанции ориентирования с общей точкой старта-финиша этапа;

- «связать» все намеченные места расположения технических этапов в единую дистанцию с выбранной последовательностью преодоления этапов, добиваясь того, чтобы протяженность итоговой дистанции находилась в рамках 4-5км. Нанести дистанцию на контрольную карту (пункт старта-финиша дистанции, технические этапы, КП этапа ориентирования, трассу транспортировки пострадавшего).

Форма контроля: практическое выполнение

ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ СРЕДСТВ ДИАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Для текущего контроля и самоконтроля знаний, умений и навыков студентов по учебной дисциплине «Туризм» рекомендуется использовать следующий диагностический инструментарий:

- устный опрос;
- письменный опрос;
- тест;
- защита результатов учебных заданий;
- решение практико-ориентированных задач;
- практическое выполнение заданий;
- контрольная работа;
- зачет.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ:

Управляемая самостоятельная работа студентов (СРС) – форма организации учебного процесса, направленная на активизацию учебно-познавательной деятельности студентов, формирование у них умений и навыков самостоятельного приобретения, обобщения и применения знания при методическом руководстве и контроле преподавателя.

1. Преподаватель отвечает за планирование, организацию и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов;

- доводит до сведения студентов выделенные на самостоятельное изучение темы или разделы дисциплины;

- разрабатывает контрольные вопросы и задания, подбирает литературные источники;

- знакомит с требованиями по форме и срокам выполнения задания;

- проводит установочные занятия, индивидуальные консультации, контрольные мероприятия, собеседования.

2. Студент должен:

- ознакомиться с темой, перечнем заданий (вопросов), подлежащих изучению (выполнению) и планом изложения материала;

- ознакомиться с требованиями по форме и срокам выполнения задания, формами контроля знаний;

- изучить рекомендуемые источники литературы, проанализировать, обобщить и законспектировать материал согласно плану (выполнить задание);

- подготовить и представить выполненную работу (реферат, презентацию, доклад, практическое задание и др.), согласно срокам и формам контроля знаний.

3. Требования к формам и срокам выполнения самостоятельной работы студентов:

- все контрольные вопросы по теме (разделам) дисциплины должны быть раскрыты согласно предложенному преподавателем плану;

- задание может быть выполнено в виде реферата, презентации, доклада, эссе, защиты выполненного практического задания;

- наличие списка использованной учебно-методической и научной литературы с полным библиографическим описанием;

- студент обязан выполнить все установленные учебной программой задания УСРС. При невыполнении заданий студент не допускается к итоговой форме контроля знаний по дисциплине.

ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

№ п/п	Название темы, раздела	Кол-во часов на СРС	Задание	Форма выполнения
1	Раздел 1. Классификация туристской деятельности. Программно-нормативные основы туризма в Республике Беларусь	4		
2	Тема 1.1. Основные понятия сферы туризма. Классификация туризма. Содержание и формы спортивно-оздоровительной туристской деятельности в Республике Беларусь	2	Подготовить презентацию	Защита творческих заданий
3	Тема 1.2. Система управления и программно-нормативные основы спортивно-оздоровительной туристской деятельности в Республике Беларусь	2	Проработать данную тему используя интернет - ресурсы.	Устный опрос
4	Раздел 2. Обеспечение безопасности и оказание доврачебной помощи в туристском походе	4		
5	Тема 2.1. Определение риска в туристской деятельности; объективные и субъективные факторы риска	2	Чтение дополнительной литературы	Защита результатов учебных занятий
6	Тема 2.2. Методика комплектования медицинской аптечки и основы оказания первой (доврачебной) помощи в походных условиях	2	Работа с конспектом лекций и литературными источниками	Решение практико-ориентированных задач
7	Раздел 3. Организация и проведение туристских походов с различным контингентом населения	4		

8	Тема 3.1. Понятие «туристский поход» и классификация походов. Содержание оздоровительных и спортивных туристских походов	2	Подготовить презентацию	Защита творческих заданий
9	Тема 3.2. Понятия «экологический туризм» и «краеведение». Характеристика экологических и краеведческих туристских походов	2	Чтение дополнительной литературы	Защита результатов учебных занятий
10	Раздел 4. Основы туристской техники и тактики	8		
11	Тема 4.1. Понятие «техника туризма»; классификация техники туризма	2	Просмотр и изучение видеоматериалов в интернет-ресурсах	Устный опрос
12	Тема 4.2. Основы туристской техники передвижения и страховки на классифицированных участках маршрута	2	Проанализировать технику выполнения движений используя интернет-ресурсы, практическое выполнение заданий	Практическое выполнение заданий
13	Тема 4.3. Топографическая подготовка туриста и техника ориентирования на местности	2	Подготовить презентацию	Защита творческих заданий
14	Тема 4.4. Основы жизнеобеспечения туристов в природной среде и техника бивачных работ. Основы техники транспортировки пострадавшего в походных условиях	2	Работа с конспектом лекций и литературными источниками, практическое выполнение заданий	Решение практико-ориентированных задач
15	Раздел 5. Организация и проведение туристских соревнований	6		

16	Тема 5.1. Туристские соревнования и их классификация	2	Работа с конспектом лекции и литературой	Устный опрос
17	Тема 5.2. Организация и проведение туристских соревнований учащихся, туристских слетов и иных массовых туристских мероприятий	2	Оформить необходимую документацию для проведения туристских соревнований	Защита результатов учебных заданий
18	Тема 5.3. Содержание соревнований по туристско-прикладным многоборьям (ТПМ) и классификация дистанций ТПМ		Работа с конспектом лекций и литературными источниками	Решение практико-ориентированных задач

ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

План практического занятия №1

Тема: Определение риска в туристской деятельности; объективные и субъективные факторы риска.

1. Понятие «риск» («опасность») по отношению к туристской деятельности.
2. Классификация факторов риска на основании периода их воздействия (предварительные, непосредственные) и роли личности в возникновении потенциальной опасности (объективные и субъективные).
3. Объективные факторы риска в туризме.
4. Субъективные факторы риска в туризме.

План практического занятия №2

Тема: Методика комплектования медицинской аптечки и основы оказания первой (доврачебной) помощи в походных условиях

1. Характерные травмы и заболевания туристов в активных путешествиях.
2. Принцип комплектования туристской медицинской аптечки. Важнейшие факторы, определяющие комплектование медицинской походной аптечки. Особенности комплектования туристской медицинской аптечки в зависимости от вида похода по способу передвижения и его сложности.
3. Характерные лекарственные препараты и материалы, которыми комплектуются туристские аптечки.
4. Первая помощь при травматических поражениях, ожогах и отморожениях.
5. Техника остановки кровотечения: наложения жгута, давящих повязок.
6. Первая помощь при переломах конечностей. Техника фиксации костных отломков (наложения шин) подручными средствами.
7. Противошоковые и реанимационные мероприятия.

План практического занятия №3

Тема: Основы туристской техники передвижения и страховки на классифицированных участках маршрута

1. Характерные локальные и протяженные естественные препятствия на маршрутах пеших и лыжных походов по равнинной местности.
2. Классификация способов переправы через водные препятствия.
3. Понятие страховки при преодолении горных склонов и на переправах через водные препятствия. Средства страховки (индивидуальные и групповые). Понятия «основная веревка» и «страховочные перила». Характерные индивидуальные средства страховки: страховочная система, ус само страховки, петля само страховки из репшнура.
4. Узлы, применяемые в туризме при работе с веревкой. Техника вязки узлов.
5. Классификация техники страховки. Понятия «само страховка», «взаимная страховка», «массовая (перильная) страховка».

План практического занятия №4

Тема: Основы туристской техники передвижения и страховки на классифицированных участках маршрута

1. Классификация лесных массивов и заболоченных участков местности на основании их проходимости.
2. Классификация способов переправы через водные препятствия.
3. Туристская техника передвижения в пеших и лыжных походах. Техника передвижения по лесным массивам разной степени проходимости.
4. Характерная структура классифицированных участков маршрута в пеших и лыжных походах по равнинным и горным территориям.
5. Понятие страховки при преодолении горных склонов и на переправах через водные препятствия.

План практического занятия №5

Тема: Основы туристской техники передвижения и страховки на классифицированных участках маршрута

1. Техника взаимной страховки. Одновременная страховка. Попеременная нижняя и верхняя страховка.
2. Понятие «страховочная цепь» и характеристика элементов страховочной цепи.
3. Техника страховки на переправах через водные препятствия. Понятие «система полиспада» и порядок натяжения основной веревки системой полиспада.
4. Техника переправ через водные препятствия. Переправа вброд.
5. Переправы над водой (по камням, по бревну, навесная переправа).
6. Особенности техники переправ в зависимости от характера реки - ее ширины и глубины, скорости течения, температуры воды. Выбор места времени и способа переправы, их взаимосвязь и взаимообусловленность.

План практического занятия №6

Тема: Топографическая подготовка туриста и техника ориентирования на местности

1. Содержание понятия «ориентирование на местности». Ориентиры местности и их классификация.
2. Способы определения точки стояния на местности и направления движения. Техника определения точки стояния способом обратной засечки.
3. Определение направления движения на местности по компасу, по небесным светилам, по просекам и квартальным столбам, по природным знакам.
4. Измерение азимута на видимый ориентир. Техника точного движения по азимуту на местности с применением компаса. Техника движения на местности с чтением карты.

План практического занятия №7

Тема: Топографическая подготовка туриста и техника ориентирования на местности

1. Способы измерения расстояний на местности: глазомерный способ измерение шагами.
2. Определение расстояний по известным линейным размерам отдаленного объекта, по скорости и времени движения группы.
3. Определение ширины реки или иного недоступного для прямого измерения препятствия геометрическим способом.
4. Способы измерения крутизны склонов на местности.

План практического занятия №8

Тема: Основы жизнеобеспечения туристов в природной среде и техника бивачных работ

1. Объективные факторы внешней среды, формирующие требования к жизнеобеспечению участников похода. Факторы физической трудности маршрута, его технической сложности и их воздействие на участников спортивных походов.
2. Понятия «туристский бивак» и «техника бивачных работ». Требования к организации бивака туристской группы. Техника организации ночлега в палатках. Требования, предъявляемые к палаткам для активного туризма и личному бивачному снаряжению.
3. Правильная организация питания как важный фактор жизнеобеспечения группы. Особенности техники приготовления горячего питания для туристской группы в лесной и безлесной зоне, зимой и в межсезонье.
4. Виды костров; применение их в зависимости от назначения. Разжигание костра в сложных метеоусловиях.

План практического занятия №9

Тема: Организация и проведение туристских соревнований учащихся, туристских слетов и иных массовых туристских мероприятий.

1. Соревнования школьников по технике туризма. Цели и задачи соревнований школьников.
2. Содержание и параметры дистанции туристской техники (полоса препятствий) и контрольно-туристского маршрута.
3. Требования по обеспечению безопасности участников соревнований учащихся.
4. Методика организации и проведения туристских соревнований учащихся. Задачи, решаемые оргкомитетом соревнований и судейской коллегией в период подготовки и проведения соревнований
5. Цели и задачи туристских слетов. Программа туристских слетов.
6. Спортивная и конкурсная программы туристских слетов. Содержание спортивной программы слетов (виды дистанций и соревнований) и конкурсной программы.

План практического занятия №10

Тема: Содержание соревнований по туристско-прикладным многоборьям (ТПМ) и классификация дистанций ТПМ Подготовка учебной лыжни.

1. Нормативные документы: «Правила соревнований по ТПМ» и разрядные требования ЕСК РБ.

2. Содержание соревнований по ТПМ; виды дистанций ТПМ.
3. Классы сложности дистанций ТПМ. Методика классифицирования дистанций ТПМ.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Темы занятий	Количество аудиторных часов				
		Всего	в том числе			
			Лекции	практические занятия	семинарские занятия	УСРС
4 семестр						
		42	10	20	4	8
1.	Тема 1.1. Основные понятия сферы туризма. Классификация туризма. Содержание и формы спортивно-оздоровительной туристской деятельности в Республике Беларусь	2	2			
2.	Тема 1.2. Система управления и программно-нормативные основы спортивно-оздоровительной туристской деятельности в Республике Беларусь	2				2
3.	Тема 2.1. Определение риска в туристской деятельности; объективные и субъективные факторы риска	2		2		
4.	Тема 2.2. Методика комплектования медицинской аптечки и основы оказания первой (доврачебной) помощи в походных условиях	2		2		
5.	Тема 3.1. Понятие «туристский поход» и классификация походов. Содержание оздоровительных и спортивных туристских походов	2	2			
6.	Тема 3.2. Понятия «экологический туризм» и «краеведение». Характеристика экологических и краеведческих туристских походов	2			2	

7.	Тема 3.3. Методические основы организации туристских походов	4				4
8.	Тема 4.1. Понятие «техника туризма»; классификация техники туризма	2	2			
9.	Тема 4.2. Основы туристской техники передвижения и страховки на классифицированных участках маршрута	6		6		
10.	Тема 4.3. Топографическая подготовка туриста и техника ориентирования на местности	8	2	4	2	
11.	Тема 4.4. Основы жизнеобеспечения туристов в природной среде и техника бивачных работ	2		2		
12.	Тема 5.1. Туристские соревнования и их классификация	2	2			
13.	Тема 5.2. Организация и проведение туристских соревнований учащихся, туристских слетов и иных массовых туристских мероприятий	2		2		
14.	Тема 5.3. Содержание соревнований по туристско-прикладным многоборьям (ТПМ) и классификация дистанций ТПМ	2		2		
15.	Тема 5.4 Основы планирования дистанций туристских соревнований. Методика судейства и определения результатов туристских соревнований	2				2

ВОПРОСЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ СТУДЕНТОВ

1. Определение понятий «путешествие» и «туризм». Цели и содержание туристских путешествий.
2. Туристская деятельность как система. Классификация туристской деятельности.
3. Система управления туристской деятельностью в Республике Беларусь. Функции государственных органов управления спортивно-оздоровительным туризмом и общественных туристских организаций.
4. Виды спорта, составляющие систему спортивного туризма Республики Беларусь: содержание, характер взаимосвязи с другими видами спорта.
5. Содержание вида спорта «спортивный туризм»
6. Содержание вида спорта «туристско-прикладное многоборье».
7. Программно-нормативные документы, регулирующие туристскую деятельность.
8. Определение понятия «туристский поход». Отличие туристского похода от иных туристских путешествий.
9. Классификация походов на основании их главных целей и задач.
10. Виды и содержание туристских рекреационных походов. Характерные элементы и параметры маршрута рекреационных походов.
11. Понятия «рекреационно-туристский потенциал» и «спортивно-туристский потенциал» района путешествия; характеристика компонентов туристского потенциала.
12. Понятие «экологический туризм» и «экологический поход». Классификация и содержание экологических походов.
13. Понятие «краеведение» и «краеведческий поход». Цели и содержание краеведческих походов с учащимися; особенности маршрута краеведческого похода и объекты краеведения.
14. Методические основы выбора района для совершения рекреационного (оздоровительного, познавательного) похода.
15. Понятие «классифицированный маршрут» спортивного похода. Нормативные требования, определяющие категорию сложности спортивного туристского похода
16. Спортивные походы по классифицированным маршрутам.
17. Методические основы выбора района для совершения спортивного похода.
18. Понятие «нитка маршрута»; ее составные элементы и разновидности тактической схемы. Методика разработки нитки маршрута многодневного похода.
19. Задачи и содержание стадии подготовки туристского похода: системная характеристика.
20. Понятие «риск» и «фактор риска» в приложении к рекреационному и спортивному туризму. Классификация факторов.

21. Объективные опасности (факторы риска) в рекреационной и спортивной туристской деятельности: их системная характеристика

22. Субъективные опасности (факторы риска) в рекреационной и спортивной туристской деятельности. Их типология и характеристика.

23. Факторы, определяющие успешность и безопасность рекреационной и спортивной туристской деятельности; их системная характеристика

61. Классификация туристского снаряжения. Основные факторы, определяющие выбор снаряжения для проведения спортивных и рекреационных походов.

62. Критерии выбора походных продуктов питания и методические основы разработки продуктовой раскладки (эмпирический метод).

63. Методика составления меню питания и продуктовой раскладки оздоровительного похода выходного дня.

64. Характерное снаряжение для проведения пеших и лыжных походов по территории Республики Беларусь (основные предметы снаряжения и критерии его качества).

65. Требования к туристской одежде и обуви, применяемой в пеших и лыжных походах по территории Республики Беларусь.

66. Виды «ходовой» и «бивачной» одежды, их конструктивные особенности и критерии качества.

67. Методика разработки раскладки группового снаряжения (на примере похода выходного дня) и порядок его распределения по участникам.

68. Методика комплектования медицинской походной аптечки. Характерные лекарственные средства, материалы и инструменты; правила их упаковки, транспортировки, применения.

69. Понятия «естественные препятствия» и «классифицированные участки» маршрута спортивных туристских походов. Характерные типы локальных и протяженных естественных препятствий на маршрутах пеших походов по территории Республики Беларусь.

70. Классификация лесных и заболоченных участков местности по степени проходимости. Техника и тактика передвижения туристов по лесным и заболоченным участкам в пеших походах.

71. Способы переправ через водные препятствия на маршруте похода.

72. Понятие системы полиспаста и порядок натяжения основной веревки системой полиспаста.

73. Узлы, применяемые в туризме при работе с веревкой.

74. Способы транспортировки пострадавшего в туристских походах.

75. Топографическая подготовка. Содержание топографической подготовки туриста.

76. Карта и работа с ней. Классификация карт.

77. Топографические условные знаки и общие правила их применения. Виды условных знаков.

78. Способы изображения рельефа на картах.

79. Понятие азимута. Магнитные полюсы Земли и их положение относительно географических полюсов. Азимуты истинный (географический) и магнитный. Магнитное склонение.
80. Компас и измерение азимутов по карте.
81. Ориентирование на местности.
82. Ориентирование на местности с помощью карты и компаса.
83. Способы определения направлений (сторон света).
84. Приемы (способы) измерения на местности.
85. Способы измерения расстояний на местности: глазомерный способ, измерение шагами.
86. Определение ширины реки или иного недоступного для прямого измерения препятствия геометрическим способом.
87. Понятие техники бивачных работ.
88. Классификация туристских соревнований. Спортивные туристские соревнования: их цели, содержание и формы проведения.
89. Характеристика туристских слетов как особой формы рекреационно-спортивных туристских мероприятий. Цели проведения, программа, содержание дистанций туристских слетов.
90. Туристско-прикладные многоборья (ТПМ): группы соревнований; виды и классы дистанций. Содержание дистанций ТПМ (на примере дистанций соревнований в технике горно-пешеходного туризма).
91. Организация туристских соревнований: характерные задачи этапов подготовки и проведения соревнований. Содержание Положения о туристских соревнованиях.
92. Методика классифицирования дистанций туристско-прикладных многоборий (ТПМ) и определение суммарного показателя сложности дистанций и этапов ТПМ (на примере соревнований в технике горно-пешеходного туризма).
93. Методические основы планирования и постановки на местности дистанций и этапов туристско-прикладных многоборий (на примере соревнований класса «новичков» в технике горно-пешеходного туризма).
94. Состав судейской коллегии туристских соревнований. Обязанности и функции главного судьи, главного секретаря и иных членов судейской коллегии.
95. Содержание «Правил проведения туристских походов». Требования их к руководителям и участникам.
96. Содержание «Инструкции об организации участия обучающихся учреждений образования в туристских походах и экскурсиях». Требования «Инструкции» к их участникам и руководителям.
97. Порядок выполнения и присвоения разрядов в виде спорта «Спортивный туризм» и «Туристско-прикладного многоборья». Разрядные требования.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ И КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ по учебной дисциплине «Туризм»

10 (десять) баллов, зачтено:

систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине, а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы;

точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы;

безупречное владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;

выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации;

полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы, по изучаемой учебной дисциплине;

умение свободно ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку, использовать научные достижения других дисциплин;

творческая самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, активное творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

9 (девять) баллов, зачтено:

систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы;

владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач.

способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

полное усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку;

систематическая, активная самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

8 (восемь) баллов, зачтено:

систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

. использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения;

владение инструментарием учебной дисциплины (методами комплексного анализа, техникой информационных технологий), умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;

способность самостоятельно решать сложные проблемы в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку;

активная самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, систематическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

7 (семь) баллов, зачтено:

систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения;

владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;

свободное владение типовыми решениями в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку;

самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

6 (шесть) баллов, зачтено:

достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

использование необходимой научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обобщения и обоснованные выводы;

владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач;

способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку;

активная самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

5 (пять) баллов, зачтено:

достаточные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

использование научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы;

владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач;

способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им сравнительную оценку;

самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, фрагментарное участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень культуры исполнения заданий.

4 (четыре) балла, зачтено:

достаточный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования;

усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

использование научной терминологии, логическое изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок;

владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении стандартных (типовых) задач;

умение под руководством преподавателя решать стандартные (типовые) задачи;

умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им оценку;

работа под руководством преподавателя на практических, лабораторных занятиях, допустимый уровень культуры исполнения заданий.

3 (три) балла, не зачтено:

недостаточно полный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования;

знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными, логическими ошибками;

слабое владение инструментарием учебной дисциплины, некомпетентность в решении стандартных (типовых) задач;

неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях изучаемой учебной дисциплины;

пассивность на практических и лабораторных занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий.

2 (два) балла, не зачтено:

фрагментарные знания в рамках образовательного стандарта высшего образования;

знания отдельных литературных источников, рекомендованных учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

неумение использовать научную терминологию учебной дисциплины, наличие в ответе грубых, логических ошибок;

пассивность на практических и лабораторных занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий.

1 (один) балл, не зачтено:

отсутствие знаний и (компетенций) в рамках образовательного стандарта высшего образования, отказ от ответа, неявка на аттестацию без уважительной причины.

ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

Название учебной дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)
1	2	3	4
Туристско-рекреационная деятельность	Теории и методики физической культуры	Содержание темы 1.1. Основные понятия сферы туризма. Классификация туризма. Содержание и формы спортивно-оздоровительной туристской деятельности в Республике Беларусь рассматривается более полно в дисциплине «Туристско-рекреационная деятельность» в теме 1.1. «Основные понятия и классификация спортивного и оздоровительного туризма»	Протокол № 12 от 21.05.2019

4.3 Глоссарий

1. **Гать** – это настил из подручных средств (хвороста, жердей, бревен) для прохода через топкое место (трясину).

2. **Гид-переводчик** - физическое лицо, имеющее соответствующую квалификацию для проведения экскурсий на иностранном языке;

3. **Динамическая веревка** эластична, обладает относительно большим растяжением под воздействием груза. Растяжение динамической веревки абсорбирует (поглощает) энергию падающего груза, поэтому ее применяют для страховки первого участника, преодолевающего горный склон (с учетом возможности его срыва).

4. **Дистанция** – это оборудованный для проведения соревнований, обозначенный на естественном рельефе, искусственных сооружениях маршрут или система маршрутов с установленными техническими этапами.

5. **Маршрут тура** - спланированный путь следования туриста, включающий перечень основных населенных пунктов и мест, последовательно посещаемых туристом во время осуществления тура;

6. **Нерезиденты Республики Беларусь** - физические лица, имеющие постоянное место жительства за пределами Республики Беларусь, а также юридические лица и организации, не являющиеся юридическими лицами, с местом нахождения за пределами Республики Беларусь, созданные в соответствии с законодательством иностранных государств;

7. **Переправа в туризме** – это преодоление водных преград за счет применения специальной туристской техники.

8. **Полиспаг** – это система подвижных и неподвижных блоков, соединенных веревкой, применяемая для увеличения тянущих усилий в процессе поднятия груза или натяжения веревочных перил.

9. **Статическая веревка** в малой степени растягивается под воздействием груза; ее применяют для натяжения навесных переправ через водные препятствия, в качестве опорной веревки (перил) при движении туриста по склону, для транспортировки грузов.

10. **Страховочными перилами** называется основная веревка, закрепленная с помощью специальных узлов и карабинов на опорных точках (крючьях, деревьях, закладных элементах и пр.)

11. **Субъекты туристической деятельности** - туроператоры, турагенты;

12. **Субъекты туристической индустрии** - субъекты туристической деятельности, а также иные юридические лица, физические лица, в том числе индивидуальные предприниматели, осуществляющие деятельность, связанную с удовлетворением потребностей туристов, возникающих во время осуществления путешествия и (или) в связи с этим путешествием;

13. **Технический этап** – основной элемент дистанции, на котором соревнующиеся участники выполняют заданное условиями соревнований определённое технико-тактическое задание.

14. **Тур** - путешествие в соответствии с программой тура с одновременным предоставлением комплекса туристических услуг (не менее двух), сформированного туроператором;

15. **Турагентская деятельность** - предпринимательская деятельность юридических лиц или индивидуальных предпринимателей (турагентов) по реализации туров, сформированных туроператорами - резидентами Республики Беларусь, участникам туристической деятельности, а также по оказанию консультационно-информационных услуг, связанных с организацией путешествия;

16. **Туризм** - путешествие физических лиц за пределы их места жительства в течение периода, не превышающего 12 месяцев подряд, с целью отдыха, с деловыми, познавательными и другими целями без занятия трудовой, предпринимательской, иной, приносящей доход деятельностью, оплачиваемой и (или) приносящей прибыль (доход) из источника в посещаемой стране (месте), а также деятельность юридических и физических лиц, в том числе индивидуальных предпринимателей, по организации такого путешествия;

17. **Турист** - физическое лицо, совершающее путешествие за пределы своего места жительства в течение периода, не превышающего 12 месяцев подряд, с целью отдыха, с деловыми, познавательными и другими целями без занятия трудовой, предпринимательской, иной приносящей доход деятельностью, оплачиваемой и (или) приносящей прибыль (доход) из источника в посещаемой стране (месте);

18. **Туристическая деятельность** - туроператорская и турагентская деятельность;

19. **Туристическая индустрия** - совокупность объектов для размещения туристов, транспортных средств, объектов общественного питания, объектов и средств развлечения, объектов оздоровительного, делового, познавательного и иного назначения, используемых для удовлетворения потребностей туристов, возникающих во время осуществления путешествия и (или) в связи с этим путешествием;

20. **Туристическая зона** - часть территории Республики Беларусь с точно определенными границами, на которой расположены один или несколько туристических ресурсов, включенных в Государственный кадастр туристических ресурсов Республики Беларусь, и которая создана в целях развития международного въездного и внутреннего туризма, туристической индустрии, охраны и рационального использования туристических ресурсов;

21. **Туристский поход** – это короткое по продолжительности путешествие (в большинстве случаев от 1-2-х до 15-20 дней) с активными способами передвижения (пешком, на лыжах, на велосипеде, на гребных судах) по всему маршруту.

22. **Туристические ресурсы** - природные, социально-культурные объекты, в том числе недвижимые материальные историко-культурные ценности,

удовлетворяющие духовные потребности туристов и (или) содействующие восстановлению и укреплению их здоровья;

23. **Туристические услуги** - услуги, оказываемые туристу во время осуществления тура или в связи с ним в соответствии с договором оказания туристических услуг;

24. **Туроператорская деятельность** - предпринимательская деятельность юридических лиц (туроператоров) по формированию и реализации туров, в том числе сформированных другими туроператорами, включая нерезидентов Республики Беларусь, а также по оказанию консультационно-информационных услуг, связанных с организацией путешествия;

25. **Участники туристической деятельности** - туристы, а также юридические и физические лица, имеющие намерение заказать, заказывающие либо заказавшие туристические услуги для целей, не связанных с осуществлением предпринимательской деятельности;

26. **Экскурсия** - посещение физическими лицами в познавательных целях туристических ресурсов, других объектов, имеющих художественную, историческую и иную значимость, под руководством экскурсовода, гида-переводчика, иного лица, наделенного правом проведения экскурсий;

27. **Экскурсовод** - физическое лицо, имеющее соответствующую квалификацию для проведения экскурсий.

4.4 Методические рекомендации по организации и выполнению самостоятельной работы студентов

Управляемая самостоятельная работа студентов (СРС) – форма организации учебного процесса, направленная на активизацию учебно-познавательной деятельности студентов, формирование у них умений и навыков самостоятельного приобретения, обобщения и применения знания при методическом руководстве и контроле преподавателя.

1. Преподаватель отвечает за планирование, организацию и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов;

- доводит до сведения студентов выделенные на самостоятельное изучение темы или разделы дисциплины;

- разрабатывает контрольные вопросы и задания, подбирает литературные источники;

- знакомит с требованиями по форме и срокам выполнения задания;

- проводит установочные занятия, индивидуальные консультации, контрольные мероприятия, собеседования.

2. Студент должен:

- ознакомиться с темой, перечнем заданий (вопросов), подлежащих изучению (выполнению) и планом изложения материала;

- ознакомиться с требованиями по форме и срокам выполнения задания, формами контроля знаний;

- изучить рекомендуемые источники литературы, проанализировать, обобщить и законспектировать материал согласно плану (выполнить задание);

- подготовить и представить выполненную работу (реферат, презентацию, доклад, практическое задание и др.), согласно срокам и формам контроля знаний.

3. Требования к формам и срокам выполнения самостоятельной работы студентов:

- все контрольные вопросы по теме (разделам) дисциплины должны быть раскрыты согласно предложенному преподавателем плану;

- задание может быть выполнено в виде реферата, презентации, доклада, эссе, защиты выполненного практического задания;

- наличие списка использованной учебно-методической и научной литературы с полным библиографическим описанием;

- студент обязан выполнить все установленные учебной программой задания УСРС. При невыполнении заданий студент не допускается к итоговой форме контроля знаний по дисциплине.

4.4.1 Требования к выполнению самостоятельной работы студентов

№ п/п	Название темы, раздела	Кол-во часов на СРС	Задание	Форма выполнения
1	Раздел 1. Классификация туристской деятельности. Программно-нормативные основы туризма в Республике Беларусь	4		
2	Тема 1.1. Основные понятия сферы туризма. Классификация туризма. Содержание и формы спортивно-оздоровительной туристской деятельности в Республике Беларусь	2	Подготовить презентацию	Защита творческих заданий
3	Тема 1.2. Система управления и программно-нормативные основы спортивно-оздоровительной туристской деятельности в Республике Беларусь	2	Проработать данную тему используя интернет - ресурсы.	Устный опрос
4	Раздел 2. Обеспечение безопасности и оказание доврачебной помощи в туристском походе	4		
5	Тема 2.1. Определение риска в туристской деятельности; объективные и субъективные факторы риска	2	Чтение дополнительной литературы	Защита результатов учебных занятий
6	Тема 2.2. Методика комплектования медицинской аптечки и основы оказания первой (доврачебной) помощи в походных условиях	2	Работа с конспектом лекций и литературными источниками	Решение практико-ориентированных задач
7	Раздел 3. Организация и проведение туристских походов с различным контингентом населения	4		

8	Тема 3.1. Понятие «туристский поход» и классификация походов. Содержание оздоровительных и спортивных туристских походов	2	Подготовить презентацию	Защита творческих заданий
9	Тема 3.2. Понятия «экологический туризм» и «краеведение». Характеристика экологических и краеведческих туристских походов	2	Чтение дополнительной литературы	Защита результатов учебных занятий
10	Раздел 4. Основы туристской техники и тактики	8		
11	Тема 4.1. Понятие «техника туризма»; классификация техники туризма	2	Просмотр и изучение видеоматериалов в интернет-ресурсах	Устный опрос
12	Тема 4.2. Основы туристской техники передвижения и страховки на классифицированных участках маршрута	2	Проанализировать технику выполнения движений используя интернет-ресурсы, практическое выполнение заданий	Практическое выполнение заданий
13	Тема 4.3. Топографическая подготовка туриста и техника ориентирования на местности	2	Подготовить презентацию	Защита творческих заданий
14	Тема 4.4. Основы жизнеобеспечения туристов в природной среде и техника бивачных работ. Основы техники транспортировки пострадавшего в походных условиях	2	Работа с конспектом лекций и литературными источниками, практическое выполнение заданий	Решение практико-ориентированных задач
15	Раздел 5. Организация и проведение туристских соревнований	6		

16	Тема 5.1. Туристские соревнования и их классификация	2	Работа с конспектом лекции и литературой	Устный опрос
17	Тема 5.2. Организация и проведение туристских соревнований учащихся, туристских слетов и иных массовых туристских мероприятий	2	Оформить необходимую документацию для проведения туристских соревнований	Защита результатов учебных заданий
18	Тема 5.3. Содержание соревнований по туристско-прикладным многоборьям (ТПМ) и классификация дистанций ТПМ		Работа с конспектом лекций и литературными источниками	Решение практико-ориентированных задач