

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛПУ»)**

**Институт естественных наук
Кафедра географии и туризма**



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Института естественных наук

С.Ю. Гаврик

02

20 26 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Спортивный туризм»

По направлению подготовки - 43.03.02 «Туризм»

Квалификация выпускника - бакалавр

Форма обучения - очная

Курс 1

Луганск, 2026

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки бакалавров по направлению подготовки 43.03.02 «Туризм» очной формы обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 43.03.02 Туризм, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 8 июня 2017 г. по № 516 (с изменениями и дополнениями), Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации «Об утверждении профессионального стандарта «Экскурсовод (гид)» от 24.12.2021 г. № 913н, Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 07.05.2015 г. № 281н «Об утверждении профессионального стандарта «Руководитель предприятия питания», Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 07.05.2015 № 282н «Об утверждении профессионального стандарта «Руководитель / управляющий гостиничного комплекса / сети гостиниц», Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.12.2020 г. № 954н «Об утверждении профессионального стандарта «Географ (Специалист по выполнению работ и оказанию услуг географической направленности)».

СОСТАВИТЕЛИ:

заведующий кафедрой географии и туризма ФГБОУ ВО «ЛГПУ», кандидат педагогических наук, доцент Белецкая Ирина Анатольевна;
ассистент кафедры географии и туризма ФГБОУ ВО «ЛГПУ» Андиева Юлия Расуловна

Утверждена на заседании кафедры географии и туризма

Протокол от «27» 07 2026 г. № 77

Заведующий кафедрой географии и туризма  И.А. Белецкая

Одобрена на заседании учебно-методической комиссии Института естественных наук

Протокол от «04» 02 2026 г. № 7

Председатель учебно-методической комиссии

Института естественных наук



С.Н. Несторенко

СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования



В.В. Савенков

1. Цели и задачи учебной дисциплины

Цель изучения дисциплины – формирование знаний об основах организации спортивного туризма, а также развитие способностей для решения возникающих проблем в профессиональной деятельности.

Задачи:

- формирование представлений о спортивном и спортивно-оздоровительном туризме, его современном состоянии и развитии;
- получение навыков обслуживания потребителей услуг по спортивному туризму;
- формирование навыков подготовки и организации маршрутов с активными способами передвижения.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Учебная дисциплина «Спортивный туризм» входит в блок вариативных дисциплин.

Необходимыми условиями для освоения учебной дисциплины являются:

- *знания* основных терминов в области спортивного туризма; особенностей организации и проведения спортивно-туристских путешествий и мероприятий, принципы использования специального туристско-спортивного снаряжения и экипировки, основные методы обеспечения безопасности при организации и проведении спортивно-туристских путешествий;
- *умения* планировать спортивные туристские походы, оформлять походную и отчетную документацию, правильно использовать элементы специального снаряжения, применяемого в спортивно-туристском путешествии, обеспечивать безопасность туристической группы в спортивном походе;
- *навыки* работы со специальным спортивно-туристским оборудованием, обеспечения страховки при преодолении опасных природных препятствий, разработки нити маршрута спортивного похода.

Является дополнительным методическим, информационным и дидактическим материалом при изучении учебных дисциплин: «Проектирование туристско-рекреационной деятельности», «История туризма», «Организация экскурсионной деятельности», «Организация анимационной деятельности», «Самодеятельный туризм», «Инновации в туризме».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
Профессиональные		
ПК-6	ПК-6.1. Использует теоретические	Знает и использует

	знания о закономерностях и особенностях территориальной организации общества, развития и взаимодействия производственных и социальных территориальных систем для решения профессиональных задач. ПК-6.2. Выполняет полевые и изыскательские работы по получению информации физико-, социально-, экономико- и эколого-географической направленности, в том числе полевые исследования по сбору первичной географической информации, камеральные изыскания по сбору статистической, картографической, фондовой, ведомственной и пр. информации, определяет способы, приемы и технические средства обработки информации. ПК-6.3. Проводит анализ влияния географических факторов на развитие туристско-рекреационной деятельности в регионах мира и России.	закономерности и особенности территориальной организации общества, развития и взаимодействия производственных и социальных территориальных систем для решения профессиональных задач. Умеет выполнять полевые и изыскательские работы по получению физико-, социально-, экономико- и эколого-географической направленности, в том числе полевые исследования по сбору первичной географической информации, камеральные изыскания по сбору статистической, картографической, фондовой, ведомственной и пр. информации, определять способы, приемы и технические средства обработки информации. Владеет навыками анализа влияния географических факторов на развитие туристско-рекреационной деятельности в регионах мира и России.
--	---	--

Студенты, завершившие изучение дисциплины «Спортивный туризм», должны:

знать: цели, задачи и основные понятия учебной дисциплины «Спортивный туризм»; основные этапы истории, теории и методики организации спортивного туризма; технологию проведения комплексных мероприятий по спортивному и спортивно-оздоровительному туризму; технологии организационно-методической работы в области спортивного туризма; принципы использования специального туристско-спортивного снаряжения и экипировки; основы оказания первой медицинской помощи при организации активных видов спортивного туризма; основы обеспечения безопасности при организации спортивно-туристских путешествий;

уметь: определять факторы влияния спортивно-оздоровительного туризма на личностное развитие и укрепление здоровья человека; оказывать первую медицинскую помощь; планировать и организовывать комплексные туристские поездки, массовые слёты и соревнования, походы и экскурсии; обеспечивать безопасность; оформлять походную и отчетную документацию; правильно использовать элементы специального снаряжения в спортивном туризме;

владеть: навыками обеспечения безопасности при организации маршрутов; пониманием индивидуальных особенностей и предпочтений туристов-спортсменов; техникой безопасности при организации занятий по спортивно-оздоровительному туризму; современной терминологией дисциплины; навыками и необходимым инструментарием комплексного географического анализа; приемами работы с приложениями Microsoft Office; способностью самостоятельно находить и использовать дополнительные источники информации для подготовки к практическим работам.

4. Структура и содержание учебной дисциплины

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов / зачётных единиц
	Очная форма
Общая трудоёмкость дисциплины	108 акад. часов (3 зач. ед.)
Обязательная аудиторная нагрузка (всего часов) в том числе:	36
Лекции	16
Семинарские занятия	–
Практические занятия	20
Лабораторные работы	–
Курсовая работа / курсовой проект	–
Другие формы организации учебного процесса (контрольные работы, индивидуальные занятия, консультации и др.)	+
Самостоятельная работа студента (всего часов)	45
Контроль	27
Промежуточный контроль	Экзамен

4.2. Содержание разделов учебной дисциплины

Тема 1. Спортивное ориентирование на местности
Тема 2. Пешеходный туризм
Тема 3. Лыжный туризм
Тема 4. Горный туризм
Тема 5. Водный туризм
Тема 6. Маршрут и дистанция – на средствах передвижения
Тема 7. Спелеотуризм
Тема 8. Парус в системе спортивного туризма

4.3. Лекции

№ п/п	Тема лекции	Объем часов
		Очная форма
1 семестр		
1.	Тема 1. Спортивное ориентирование на местности	2
2.	Тема 2. Пешеходный туризм	2
3.	Тема 3. Лыжный туризм	4
4.	Тема 4. Горный туризм	2
5.	Тема 5. Водный туризм	2
6.	Тема 6. Маршрут и дистанция – на средствах передвижения	2
7.	Тема 7. Спелеотуризм	2
8.	Тема 8. Парус в системе спортивного туризма	2
Итого:		16

4.4. Практические /семинарские занятия

№ п/п	Тема	Объем часов
		Очная форма
1 семестр		
1.	Спортивное ориентирование на местности	2
2.	Спортивное ориентирование на местности	2
3.	Пешеходный туризм	2
4.	Пешеходный туризм	2
5.	Лыжный туризм	2
6.	Горный туризм	2
7.	Водный туризм	2
8.	Маршрут и дистанция – на средствах передвижения	2
9.	Спелеотуризм	2
10.	Парус в системе спортивного туризма	2
Итого:		20

4.5. Лабораторные работы не предусмотрены.

4.6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Тема	Вид СРС	Объем часов
			Очная форма
1 семестр			
1.	Взаимосвязь туризма и спортивного ориентирования	Презентация и доклад	4
2.	Рельеф местности и способы его изображения на карте	Конспект и работа с картой	4
3.	Современные приборы для ориентирования на местности	Презентация и доклад	4
4.	Пешеходные маршруты Уральской горной страны	Работа с картой, презентация и доклад	4
5.	Лыжные туры на Русский Север	Работа с картой, презентация и доклад	4

6.	Горный туризм Алтай и Саян	Работа с картой, презентация и доклад	4
7.	Дайвинг туры по России	Работа с картой, презентация и доклад	3
8.	Водные маршруты Прибайкалья и Забайкалья	Работа с картой, презентация и доклад	3
9.	Труднейшие высокогорные велосипедные трассы	Работа с картой, презентация и доклад	3
10.	Русские породы лошадей	Конспект, презентация и доклад	3
11.	Гидрология пещер	Презентация и доклад	3
12.	Устройство современной парусной яхты	Презентация и доклад	3
13.	Основные парусно-туристские регионы России	Работа с картой, презентация и доклад	3
Итого:			45

4.7. Курсовые работы / проекты не предусмотрены.

5. Методическое обеспечение / образовательные технологии

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

- проектная технология: разработка заданий творческого характера с проблемными вопросами и организация активной самостоятельной деятельности студентов;
- информационно-коммуникационные технологии: работа с пакетом программ Microsoft Office; использование электронных образовательных ресурсов;
- технология развития критического мышления: работа с новой информацией и её ориентирование на формирование навыков мыслительной работы;
- технология развивающего обучения: актуализация ранее усвоенных знаний, способ самопроверки, дискуссии;
- технология интегрированного обучения: формирование метапредметных навыков.

6. Формы контроля освоения дисциплины

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы преподавателем в следующих формах:

- выполнение практических работ;
- устная проверка знаний;
- выполнение творческих заданий по текущим темам курса;

– самостоятельная работа.

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме устного экзамена (включает в себя ответ на теоретические вопросы, а также оценки за самостоятельную работу в течение семестра и выполнение практических работ).

Система оценивания учебных достижений студентов, оценочные средства представлены в фонде оценочных средств к рабочей программе учебной дисциплины (Приложение).

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература

1. Бардин, К. В. Азбука туризма (о технике пешеходных путешествий) / К. В. Бардин. – М. : Просвещение, 1981. – 197 с.
2. Белоусов, А. В. Основы спортивного туризма / А. В. Белоусов. – Томск : Изд-во Томского политех. ун-та, 2009. – 136 с.
3. Булашев, А. Я. Специфика организации питания в лыжных и пешеходных сложных туристских походах : учеб. пособие / А. Я. Булашев, Л. И. Каплина, Ю. Л. Шальков. – М., 2007. – 145 с.
4. Вяткин, Л. А. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. пособие / Л. А. Вяткин. – М., 2003. – 154 с.
5. Данилова, А. М. Методика преподавания спортивного туризма в высшем учебном заведении : учеб.-методич. пособ. / А. М. Данилова, Е. Г. Кожевникова, А. Н. Красильников, К. Ю. Ефимов. – Самара, 2020. – 63 с.
6. Жуков, А. В. Техника преодоления отдельных этапов дистанции на личных соревнованиях по пешеходному туризму : методич. рекомендации / А. В. Жуков. – Донецк, 2020. – 34 с.
7. Карнацевич, И. В. Причины несчастных случаев, опасные ситуации и природные явления в туристских походах : учеб. пособие / И. В. Карнацевич, А. Л. Статва. – Омск : Омский научный вестник, 2007. – 203 с.
8. Кентербери Д. Бушкрафт 101 : Современное руководство по искусству выживания в дикой природе / Дейв Кентербери; [пер. с англ. А. Е. Амелиной]. – М. : Эксмо, 2022. – 230 с.
9. Кодыш, Э. Н. Соревнования туристов : пешеходный туризм : учеб. пособие / Э. Н. Кодыш. – М., 2000. – 273 с.
10. Кошеваров, А. В. Пешеходный туризм : учеб. пособие / А. В. Кошеваров, Е. А. Чудакова. – Рязань : Изд-во Рязанского обл. ин-та развития образования, 2010. – 147 с.

11. Кошельков, С. А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слётов и соревнований учащихся : учеб. пособие / С. А. Кошельков. – М. : ЦДЮТур МО РФ, 2007. – 138 с.
12. Кравчук, Т. А. Теория и методика оздоровительного туризма : учеб. пособие / Т. А. Кравчук. – М. : Физкультура и спорт, 2006. – 352 с.
13. Крайнов, И. В. Спортивный туризм : техническая подготовка в спортивном ориентировании : учеб. пособ. / И. В. Крайнов; под ред. Л. В. Азаровой. – Омск : Изд-во ОмГПУ, 2018. – 60 с.
14. Нехорошев, С. Н. Справочник спасателя. Общие сведения о чрезвычайных ситуациях / С. Н. Нехорошев, С. В. Ульянов и др. – М. : ВНИИ ГОЧС, 2006. – Кн. 1. – 88 с.
15. Рубис, Л. Г. Безопасность в спортивном туризме : учеб. пособ. / Л. Г. Рубис, Т. Ю. Тарасеня. – Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2019. – 194 с.
16. Рубис, Л. Г. Спортивный туризм : учеб. / Л. Г. Рубис. – Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2019. – 170 с.
17. Соболев, С. В. Совершенствование тренировочного процесса в спортивном туризме в дисциплине «Дистанции – пешеходные» : монография / С. В. Соболев, Н. В. Соболева, С. К. Рябинина. – Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014. – 134 с.
18. Суханов, А. П. Питание и ведение хозяйства в туристском походе / А. П. Суханов. – Красноярск : Краснояр. гос. ун-т, 2003. – 91с.
19. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «спортивный туризм» : приказ Министерства спорта Российской Федерации от 16 апреля 2018 г. № 345. – Саратов : Вузовское образование, 2019. – 36 с.
20. Федотов, Ю. Н. Спортивно-оздоровительный туризм : учеб. пособие / Ю. Н. Федотов. – М. : Советский спорт, 2002. – 361 с.

б) дополнительная литература:

1. Варламов, В. Г. Основы безопасности в пешем походе : методич. рекомендации / В. Г. Варламов. – М. : Турист, 1983. – 296 с.
2. Волошин, Д. С. Беги и помни / Д. С. Волошин. – Екатеринбург : Издательские решения, 2019. – 120 с.
3. Ганопольский, В. И. Организация и подготовка спортивного туристского похода : учеб. пособие / В. И. Ганопольский. – М. : ЦРИБ «Турист», 2006. – 321 с.
4. Ганопольский, В. И. Туризм и спортивное ориентирование / В. И. Ганопольский, Е. Я. Безносиков, В. Г. Булатов. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 240 с.
5. Житенёв, Д. В. Про тайгу и про охоту. Воспоминания, рекомендации, извлечения / Д. В. Житенёв. – Екатеринбург : Издательские решения, 2016. – 470 с.

5. Карлов, Б. И. Учебник судоводителя любителя (управление маломерными судами) / Б. И. Карлов, В. А. Певзнер, П. П. Слепенков. – М. : ДОСААФ, 1976. – 352 с.
6. Коструб, А. А. Медицинский справочник туриста / А. А. Коструб. – М. : Профиздат, 1990. – 240 с.
7. Кубатьян, Г. С. Travel журналистика. Путешествуйте и зарабатывайте / Г. С. Кубатьян. – СПб. : Гуманитарная Академия, 2017. – 192 с.
8. Мастрюков, Б. С. Безопасность в чрезвычайных ситуациях / Б. С. Мастрюков. – М. : Академия, 2004. – 336 с.
9. Назаров, И. У. Горная подготовка / И. У. Назаров; под ред. Б. Б. Гафурова. – Ташкент : Наука; 2005. – 495 с.
10. Нокс-Джонстон Р., Под парусом в одиночку вокруг света. Первое одиночное, безостановочное, кругосветное плавание на парусной яхте / Робин Нокс-Джонстон; [пер. с англ. А. А. Соколова]. – М. : Smartbook, 2011. – 264 с.
11. Сидорчук, Е. В. Подготовка туриста : учеб. пособие / Е. В. Сидорчук, Д. Н. Немытов. – М. : Академия, 2009. – 208 с.
12. Синельник, С. В. На мотоциклах «Урал» вокруг света / С. В. Синельник, А. В. Синельник. – М. : Изд. И. В. Балабанов, 2006. – 405 с.
13. Ситников, В. П. Что делать в экстремальных ситуациях / В. П. Ситников. – М. : Экспо, 2004. – 447 с.
14. Спортивная подготовка альпинистов : [в 2 ч.] / под общ. ред. П. П. Захарова. – М. : Дивизион, 2003. – 296 с.
15. Тимкин, А. В. Теоретические основы безопасности человека / А. В. Тимкин. – Мичуринск : Изд-во Мичурин. гос. пед. ин-та, 2008. – 208 с.
16. Туркевич, М. М. Поисково-спасательные работы в горах / М. М. Туркевич. – Краснодар : Сов. Кубань, 2000. – 128 с.
17. Хилл, П. Навыки альпинизма: курс тренировок / Пит Хилл, Стюарт Джонсон ; [пер с англ.]. – М. : Фаир-Пресс, 2005. – 192 с.
18. Царьков, Г. П. Восхождение на Мак-Кинли : экспедиционный дневник / Г. П. Царьков. – Уфа : Информреклама, 2010. – 112 с.
19. Шимановский, В. С. Питание в туристском путешествии / В. С. Шимановский, В. И. Ганопольский, П. И. Лукоянов. – М. : Профиздат, 2006. – 176 с.
20. Шимановский, В. Ф. Переправы вброд через водные преграды : методич. рекомендации / В. Ф. Шимановский. – М.: 1984. – 109 с.

в) Интернет-ресурсы:

1. Всероссийская Федерация парусного спорта [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rusyf.ru/>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 20.08.2022.

2. Единая всероссийская спортивная классификация [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://minsport.gov.ru/sport/high-sport/edinaya-vserossiyska/>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 20.08.2022.

3. Маршруты по России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://russia.travel/routes>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 20.08.2022.

4. Международная Федерация спортивного туризма [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://mfst.info/ru/>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 20.08.2022.

5. Перечень классифицированных и эталонных туристских спортивных маршрутов и препятствий [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://tssr.ru/files/materials/877/webPerechen2008_TSSR_09.12.08.pdf. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 20.08.2022.

6. Положение о программе молодежного и студенческого туризма [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://legalacts.ru/doc/polozhenie-o-programme-molodezhnogo-i-studencheskogo-turizma-utv-minobrnauki/>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 20.08.2022.

7. Правила вида спорта «Спортивный туризм» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://tssr.ru/files/materials/2619/regplay_2021.pdf. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 20.08.2022.

8. Российская Федерация горнолыжного спорта [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.fgssr.ru/>. – Дата обращения: 20.08.2022.

9. Федерация альпинизма России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://alpfederation.ru/>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 23.12.2022.

10. Федерация велосипедного спорта России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://fvssr.ru/>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 23.12.2022.

11. Федерация водно-моторного спорта России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.fwmsrussia.ru/>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 23.12.2022.

12. Федерация конного спорта России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://fksr.org/>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 20.08.2022.

13. Федерация скалолазания России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rusclimbing.ru/>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 20.08.2022.

14. Федерация спортивного ориентирования России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rufso.ru/>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 20.08.2022.

15. Федерация спортивного туризма России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://tssr.ru>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 20.08.2022.

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Лекционные занятия: аудитория, оснащенная презентационной техникой (мультимедийная доска / ноутбук), комплект электронных презентаций, настенные карты, атласы.

Практические работы: аудитория, оснащенная презентационной техникой (мультимедийная доска / ноутбук), комплект электронных презентаций, настенные карты, атласы, комплекты чертежных инструментов.

Рабочее место преподавателя, оснащенное ноутбуком с доступом в Интернет, рабочие места студентов, оснащенные компьютерами (ноутбуками) с доступом в Интернет, предназначенные для работы в информационной образовательной среде.

9. Лист дополнений и изменений

[illegible]