

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

**Институт естественных наук
Кафедра географии и туризма**



ТВЕРЖДАЮ

Директор

Института естественных наук

С.Ю. Гаврик

02

20 26 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Самодетельный 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

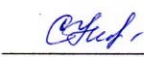
Протокол от «27» 01 2026 г. № 11

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 «Самодеятельный 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», «Спортивный 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 «Самодеятельный туризм», должны:

знать: цели, задачи и основные понятия учебной дисциплины «Самодеятельный 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
Форма аттестации	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 самодеятельного 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 самостоятельного 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 самостоятельного 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 Алтая 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. Варламов, В. Г. Основы безопасности в пешем походе : методич. рекомендации / В. Г. Варламов. – М. : Турист, 1983. – 296 с.
5. Вяткин, Л. А. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. пособие / Л. А. Вяткин. – М., 2003. – 154 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. 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.
14. Суханов, А. П. Питание и ведение хозяйства в туристском походе / А. П. Суханов. – Красноярск : Краснояр. гос. ун-т, 2003. – 91с.
15. Тимкин, А. В. Теоретические основы безопасности человека / А. В. Тимкин. – Мичуринск : Изд-во Мичурин. гос. пед. ин-та, 2008. – 208 с.
16. Федотов, Ю. Н. Спортивно-оздоровительный туризм : учеб. пособие / Ю. Н. Федотов. – М. : Советский спорт, 2002. – 361 с.
17. Шимановский, В. Ф. Переправы вброд через водные преграды : методич. рекомендации / В. Ф. Шимановский. – М.: 1984. – 109 с.

б) дополнительная литература:

1. Волошин, Д. С. Беги и помни / Д. С. Волошин. – Екатеринбург : Издательские решения, 2019. – 120 с.
2. Ганопольский, В. И. Организация и подготовка спортивного туристского похода : учеб. пособие / В. И. Ганопольский. – М. : ЦРИБ «Турист», 2006. – 321 с.
3. Ганопольский, В. И. Туризм и спортивное ориентирование / В. И. Ганопольский, Е. Я. Безносиков, В. Г. Булатов. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 240 с.
4. 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. Туркевич, М. М. Поисково-спасательные работы в горах / М. М. Туркевич. –Краснодар : Сов. Кубань, 2000. – 128 с.
16. Хилл, П. Навыки альпинизма: курс тренировок / Пит Хилл, Стюарт Джонсон ; [пер с англ.]. – М. : Фаир-Пресс, 2005. – 192 с.
17. Царьков, Г. П. Восхождение на Мак-Кинли : экспедиционный дневник / Г. П. Царьков. – Уфа : Информреклама, 2010. – 112 с.
18. Шимановский, В. С. Питание в туристском путешествии / В. С. Шимановский, В. И. Ганопольский, П. И. Лукоянов. –М. : Профиздат, 2006. – 176 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 «Самодетельный 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]