

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Костромской государственный университет»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ОРГАНИЗАЦИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ФОРМ В ТУРИЗМЕ

43.03.02. Туризм – Туроперейтинг и онлайн-технологии в туризме

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Кострома
2021

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования, утвержденным приказом от 8 июня 2017 г. №516 по направлению подготовки 43.03.02, Туризм. Уровень высшего образования бакалавриат.

- в соответствии с учебным планом направления подготовки 43.03.02, Туризм – *Туроперейтинг и онлайн технологии в туризме*. Год начала подготовки - 2021.

Разработал: Горланова И.Б., к.фил.н., доцент кафедры медиакоммуникаций и туризма

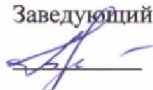
Рецензент: Сахарова Е.Е. Генеральный директор ООО «Артикул Тур»

ПРОГРАММА УТВЕРЖДЕНА:

На заседании кафедры Медиакоммуникаций и туризма:

Протокол заседания кафедры №7 от 29.04.2021г.

Заведующий кафедрой Медиакоммуникаций и туризма:

 _____ Белякова Е.Н., канд.филол.наук.

подпись

ПРОГРАММА ПЕРЕУТВЕРЖДЕНА:

На заседании кафедры Медиакоммуникаций и туризма:

Протокол заседания кафедры № _____ от _____ г.

Заведующий кафедрой Медиакоммуникаций и туризма:

_____ Белякова Е.Н., канд.филол.наук.

подпись

ПРОГРАММА ПЕРЕУТВЕРЖДЕНА:

На заседании кафедры Медиакоммуникаций и туризма:

Протокол заседания кафедры № _____ от _____ г.

Заведующий кафедрой Медиакоммуникаций и туризма:

_____ Белякова Е.Н., канд.филол.наук.

подпись

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель дисциплины: сформировать у студента представление об основных требованиях к организации и проведению оздоровительных форм в туризме и оздоровительных туров, привить навыки и умения в сфере организации и проведения оздоровительных мероприятий и туров для восстановления духовных и физических сил;

Задачи дисциплины:

- дать представление об основах организации оздоровительных мероприятий;
- содержании нормативных актов по спортивно-оздоровительному туризму в России.
- выработать умение организовать и провести оздоровительное мероприятие для восстановления духовных и физических сил; разработать оздоровительный тур;
- овладеть техническими и практическими навыками организации работы с группой в условиях природной среды на маршрутах, с учетом возрастных, физических и других особенностей участников

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:
знать:

-основы организации оздоровительных мероприятий для пропаганды активного долголетия и профилактики заболеваний; основные методами защиты при катастрофах и авариях; уметь обслуживать потребителя туристской услуги по оздоровительному туризму

-содержание нормативных-правовых актов по спортивно-оздоровительному туризму для правильной организации процесса обслуживания туристов;

-новые формы обслуживания туристов;

уметь:

-организовывать оздоровительные мероприятия для поддержания здорового образа жизни;

- организовать и провести оздоровительное туристское путешествие, поездку или поход ; с учетом правил обслуживания туристов во время похода с учетом норм государственного стандарта;

-уметь использовать методы защиты туристов от возможных аварий, катастроф, стихийных бедствий во время тура или похода;

-применять инновационные технологии при обслуживании туристов;

владеть:

-способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для проведения туристских путешествий и походов;

- готовностью обслуживания туристов во время похода, с учетом требований потребителя
- готовностью оказать помощь туристам во время стихийных бедствий, аварий, катастроф;
- готовностью использовать инновационные технологии при обслуживании туристов
- освоить компетенции:
- - ПК-5 Способен осуществлять деятельность по организации и проведению туристских походов.

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Дисциплина входит вариативную часть и является дисциплиной по выбору. Изучается во 2 семестре обучения. Она имеет предшествующие логические и содержательно-методические связи с дисциплинами: «Основы туризма», «Организация туристской деятельности», изучается одновременно с дисциплиной «Организация обслуживания в туризме». Дисциплина имеет последующие связи со следующими дисциплинами профессионального цикла: «Туристско-рекреационное проектирование», «Стандартизация и сертификация в туризме» и Учебной практикой, которые опираются на основы данной дисциплины.

4. Объем дисциплины (модуля)

4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием академических (астрономических) часов и виды учебной работы

Виды учебной работы	Очно-заочная форма	Заочная
Общая трудоемкость в зачетных единицах	3	
Общая трудоемкость в часах	108	
Аудиторные занятия в часах, в том числе:	28	
Лекции	14	
Практические занятия	14	
Лабораторные занятия		
Самостоятельная работа в часах	79,75+0,25	
Форма промежуточной аттестации	Зачет	

4.2. Объем контактной работы на 1 обучающегося

	Количество часов		
Лекции	14		
Практические занятия	14		
Лабораторные занятий			
Консультации			
Зачет/зачеты	0,25		
Экзамен/экзамены			
Курсовые работы			
Курсовые проекты			
Всего	28,25		

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам), с указанием количества часов и видов занятий

5.1 Тематический план учебной дисциплины

№	Название раздела, темы	Всего з.е/час	Аудиторные занятия			Самостоятельная работа
			Лекц.	Практ.	Лаб.	
1	Оздоровительный туризм					
1.1	Туризм, краеведение и охрана природы	14	2	2		10
1.2	Понятия о видах спортивного туризма, их особенностях и перспективах развития. (Пешеходный туризм)	14	2	2		10
2.	Организация спортивных походов.					
2.1.	Подготовка и проведение спортивных походов	14	2	2		10
3.	Обеспечение безопасности похода и медицинское обеспечение					
3.1.	Обеспечение безопасности похода, страховка и самостраховка	14	2	2		10
3.2.	Медицинское обеспечение и доврачебная медицинская помощь	14	2	2		10
4	Организация оздоровительных туров					
4.1.	Виды ресурсов, используемых для оздоровительных туров	14	2	2		10
4.2.	Организация,	14	2	2		10

	подготовка и проведение оздоровительных туров					
	Подготовка к зачету					9,75+0,25
	Итого:	3/108	14	14		80

5.2. Содержание

Раздел 1. Оздоровительный туризм

1.1. Туризм, краеведение и охрана природы

Основные понятия и определения. Взаимосвязь использования туристских ресурсов и их сохранение. Проблемы экологии.

1.2. Понятия о видах оздоровительного и спортивного туризма, их особенностях и перспективах развития. (Пешеходный туризм).

Отличительные характеристики оздоровительного и спортивного туризма. Основы законодательства. Перспективы развития оздоровительного спортивного туризма в России и за рубежом.

Раздел 2 . Организация спортивных походов

2.1. Подготовка и проведение спортивных походов

Основные этапы подготовки спортивного похода. Организация в походе привалов и устройство ночлегов. Обеспечение питание туристской группы. Подготовка снаряжения и ориентировка на местности. Физическая подготовка туриста должна обеспечивающая общую физическую подготовленность; специальную физическую подготовленность в зависимости от способа передвижения; закаливание организма - его сопротивляемость заболеваниям при охлаждении, перегревании повышенной влажности или сухости воздуха, недостатке кислорода и т.п. Турист всегда передвигается с рюкзаком; поэтому большую часть тренировочных походов следует совершать с постепенно возрастающим грузом.

Раздел 3. Обеспечение безопасности похода и медицинское обеспечение

3.1. Обеспечение безопасности похода, страховка и самостраховка

Безопасность обеспечивается высокой физической, технической и тактической подготовкой. Приемы страховки и самостраховки условно делятся на ряд групп. Самостраховка: в движении; при подготовке к движению; при обеспечении страховки движущегося участника. Страховка: одновременная, попеременная; групповая. Специальным видом страховки является судейская страховка на соревнованиях.

3.2. Медицинское обеспечение и доврачебная медицинская помощь

Оказание доврачебной медицинской помощи пострадавшему в походе. Первая помощь заболевшему или получившему травму туристу, при необходимости – его транспортировка до ближайшего населённого пункта, железнодорожной станции или автомобильной дороги. Простейшие приемы оказания доврачебной медицинской помощи.

Основные принципы. Действия в экстремальных условиях. Основы выживания. Причины травматизма и анализ несчастных случаев в простых путешествиях

Раздел 4. Организация оздоровительных туров

4.1 Виды ресурсов, используемых для оздоровительных туров

Бальнеологические (главным лечебным фактором используются природные минеральные воды);

2. Грязевые (привязанные к месторождениям лечебных грязей);
3. Климатические (лесные, горные, приморские);
4. Смешанные – используются сразу несколько природных лечебных факторов.
5. С особыми природными ресурсами

4.2. Организация, подготовка и проведение оздоровительных туров

Виды оздоровительных туров. Оздоровительный туризм – это туристские путешествия, поездки и походы в какой-либо местности с благоприятными для здоровья природно-климатическими условиями и пребывание там с целью отдыха. Климатотерапия как способ оздоровления, совокупность методов лечения, использующих дозированное воздействие климата данной местности и специальных климатических процедур на организм человека. Особенности организации оздоровительного туризма. Организации оздоровительного туризма на отечественных и мировых курортах

6. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины

6.1. Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине (модулю)

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Задание	Методические рекомендации по выполнению задания	Форма контроля
1.	Оздоровительный туризм	Подготовиться к собеседованию	Изучить материалы лекции и литературу по теме. Собрать материал по предлагаемым вопросам и составить устное сообщение [3,6]	Собеседование (устно)
2.	Организация спортивных походов	Задание по сбору рюкзаков	Использовать литературу [1]	Проверка работы

3.	Обеспечение безопасности похода и медицинское обеспечение	.	Подготовить ответ на вопросы по медицинскому обеспечению и безопасности в походе	Собеседование (устно)
4.	Организация оздоровительных туров	Подготовить маршрут и программу тура	Изучить материалы лекции и литературу по теме [2]	Практическое занятие по разработке тура
5.	Подготовка к зачету		Изучить материалы лекции и литературу по темам [1.2.3.4.5.6]	Зачет

6.2. Тематика и задания для практических занятий *(при наличии)*

1. Оздоровительный туризм

Подготовить сообщения по темам:

- 1) Виды оздоровительного туризма
- 2) Курортные формы отдыха
- 3) Спортивно-оздоровительные тур
- 4) Походы и слеты в туризме
- 5) Нормативно-правовая база туризма и лечебно-оздоровительных ресурсов

2. Организация спортивных походов

Практическое занятие на маршруте Кострома-Сосновый бор

Сбор рюкзаков

Организация костра и обеда

Пешеходный маршрут

3. Обеспечение безопасности похода и медицинское обеспечение

Практическое занятие по оказанию первой помощи заболевшему или получившему травму туристу

4. Организация оздоровительных туров

Разработать маршрут, программу, информационный листок к оздоровительному туру

6.3. Тематика и задания для лабораторных занятий

6.4. Методические рекомендации для выполнения курсовых работ (проектов) *при наличии.*

7. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для

освоения дисциплины (модуля)

Основная литература		
1	<p>Физическая культура и физическая подготовка: Учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / Барчуков И.С., Назаров Ю.Н., Егоров С.С.; Под ред. Кикоть В.Я. - М.:ЮНИТИ-ДАНА, 2015. - 431 с.: 60x90 1/16 ISBN 978-5-238-01157-8 http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=883774</p>	
2	<p>Физическая культура [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Е.С. Григорович [и др.]; под ред. Е.С. Григоровича, В.А. Переверзева. – 4-е изд., испр. – Минск: Вышэйшая школа, 2014. – 350 с.: ил. - ISBN 978-985-06-2431-4. http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=509590</p>	
3	<p>Муллер, А. Б. Физическая культура студента [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко, А. Ю. Близневский. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. - ISBN 978-57638-2126-0. http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=443255</p>	
4	<p>Шаруненко, Ю.М. Рекреационный туризм : учебно-методическое пособие / Ю.М. Шаруненко ; Межрегиональная Академия безопасности и выживания. - Орел : МАБИВ, 2014. - 102 с. - Библиогр. в кн.. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428635</p>	
5	<p>Теория и методика спортивного туризма : учеб. / под ред. В. А. Таймазова, Ю. Н. Федотова. - Москва : Советский спорт, 2014. - 424 с.: ил. - УМО. - Б1.ДВ. - осн. - ISBN 978-5-9718-0647-9 : 830.00.</p>	8
6	<p>Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : [учеб. пособие] / [авт.-сост. О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев] ; под общ. ред. С. П. Евсеева. - М. : Советский спорт, 2007. - 296 с. : ил. - Библиогр.: с. 292-295. - ISBN 978-5-9718-0239-6 : 233.00.</p>	15
Дополнительная литература		
7	<p>Комплекс практических занятий по гигиене, БЖД и экологии физической культуры, спорта и туризма / С.А. Полиевский, А.А. Иванов, О.В. Григорьева - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 227 с.: 60x90 1/16 ISBN 978-5-16-103421-7 (online). http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=51817</p>	
8	<p>Гуревич, И.А. Физическая культура и здоровье. 300 соревновательноигровых заданий [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / И.А. Гуревич. – Минск: Выш. шк., 2011. – 349 с.: ил. - ISBN 978-985-06-1911-2. http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=507251</p>	

9	Махов, С.Ю. Специальная физическая подготовка в велотуризме : учебно-методическое пособие / С.Ю. Махов ; Межрегиональная Академия безопасности и выживания. - Орел : МАБИВ, 2014. - 51 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн.. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428630	
10	Соболев, С.В. Совершенствование тренировочного процесса в спортивном туризме в дисциплине «Дистанции – пешеходные» : монография / С.В. Соболев, Н.В. Соболева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014. - 134 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн.. - ISBN 978-5-76383112-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364618	
11	Вяткин, Лев Алексеевич. Туризм и спортивное ориентирование : [учеб. для студ. высш. учеб. заведений] : рекомендовано УМО / Вяткин, Лев Алексеевич, Е. В. Сидорчук. - 3-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 208 с. - (Высшее профессиональное образование. Педагогические специальности). - Библиогр.: с. 207. - ISBN 978-5-7695-4885-0 : 116.16.	3
12	Евсеев, Юрий Иванович. Физическое воспитание : [учебное пособие для студентов высших учебных заведений] / Ю. И. Евсеев. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2010. - 380, [1] с. - (Серия "Высшее образование"). - Библиогр.: с. 365-380. - ISBN 978-5-222-17499-9 : 369.00. Рекомендовано Минобрнауки РФ	1

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Официальный портал «Ростуризм»
 - 1.1. Сведения о туроператорах, содержащиеся в едином федеральном реестре туроператоров [Электронный ресурс] // Внутренний туризм. – Режим доступа : http://www.turizm.ru/tourism_low/firms_reestr/6581.
2. Справочная система «Консультант Плюс»
 - 2.1. Постановление Правительства РФ от 02. 08. 2011г. N 644 (ред. от 18. 02. 2014) «О федеральной целевой программе «Развитие внутреннего и въездного туризма в Российской Федерации (2011–2018 годы)» [Электронный ресурс] // Консультант Плюс. – Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_159508/
 - 2.2. Распоряжение Правительства РФ от 17. 11. 2008 г. N 1662-р (ред. от 08. 08. 2009г.) О Концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года». [Электронный ресурс] // Консультант Плюс. – Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_90601/?frame=1#p28

2.3. Федеральный закон Российской Федерации «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации» от 4.10. 1996 г. –№ 132: в ред. Федерального закона от 03.05.2012 г. № 47-ФЗ. [Электронный ресурс] // Консультант Плюс – Режим доступа: <http://www.base.consultant.ru>

2.4. Об утверждении государственной программы «Развитие культуры и туризма Костромской области на 2014-2020 годы» (с изменениями на 30 октября 2017 года). [Электронный ресурс] // Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации – Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/460290926>

2.5. Туризм [Электронный ресурс]. // Департамент культуры и туризма Костромской области – Режим доступа: <http://www.dkko.ru/Turizm>

2.6. Федеральный закон от 23 февраля 1995 г. N 26-ФЗ "О природных лечебных ресурсах, лечебно-оздоровительных местностях и курортах" (с изменениями и дополнениями 28 декабря 2013 г.) [Электронный ресурс] // Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации – Режим доступа: <http://base.garant.ru/10108541/#ixzz5XvqWYRhJ>

Электронные библиотечные системы:

1. ЭБС «Лань»
2. ЭБС «Университетская библиотека online»
3. ЭБС «Znanium»

9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Программа обеспечена учебной, учебно-методической литературой.

При изучении дисциплины рекомендуется также обратиться к веб-ресурсам.

- компьютерное и мультимедийное оборудование для демонстрации компьютерных презентаций в процессе чтения лекций и проведения практических и семинарских занятий;
- пакет тестовых и иных заданий для самостоятельной работы студентов;
- видео - аудиовизуальные средства обучения для использования в процессе практических и семинарских занятий
- электронная библиотека курса.

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
Учебный корпус «В1», ауд. №20(занятия лекционного, семинарского типа, групповых консультаций, текущего контроля и промежуточной	24 рабочих места; доска; экран – 1 шт.; мультимедийный проектор – 1 шт.; ноутбук – 1 шт;	Лицензионное программное обеспечение не используется

аттестации); ауд. № 48	10 шт. ПК	
---------------------------	-----------	--