

Учреждение образования
«Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе
Учреждения образования
«Брестский государственный
университет имени А.С. Пушкина»

_____ Е.Д. Осипов

«_____» _____ 2015 г.

Регистрационный № УД- _____/п.

ПРОГРАММА

УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА ПО ТУРИСТСКО-СПОРТИВНОМУ ПОХОДУ

для специальности:

1–89 01 01 Туризм и гостеприимство

СОСТАВИТЕЛЬ:

А.Д. Панько, доцент кафедры социально-экономической географии и туризма Учреждения образования «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»; кандидат исторических наук, доцент.

РАСМОТРЕНА И РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Кафедрой социально-экономической географии и туризма Учреждения образования «Брестский государственный университет имени А.С.Пушкина» (протокол № 9 от 30.03.2015 г.)

Заведующий кафедрой
С.В. Артёменко

(подпись) (И.О.Фамилия)

ОДОБРЕНА И РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Советом географического факультета Учреждения образования «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина» (протокол № 8 от 31.03.2015 г.)

Председатель
Совета факультета
И.В.Абрамова

(подпись) (И.О.Фамилия)

Научно-методическим советом Учреждения образования «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина» (протокол № ____ от _____ 20__ г.)

Председатель

(подпись) (И.О.Фамилия)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Практика по туристско-спортивному походу» разработана для студентов высших учебных заведений по направлению специальности 1 – 89 01 01 «Туризм и гостеприимство» в соответствии со следующими нормативными документами:

- Образовательный стандарт первой степени высшего образования по специальности «Туризм и гостеприимство»;
- Порядок разработки, утверждения и регистрации учебных программ для первой степени высшего образования.

Цель учебной практики – формирование и закрепление теоретических знаний, практических умений и навыков, необходимых для организации и проведения туристско-спортивных походов и соревнований.

Задачи учебной практики:

- углубить и закрепить знания в области спортивного туризма;
- сформировать практические умения и навыки по организации и проведению туристско-спортивного похода;
- повысить физическую подготовленность студентов;
- сплотить коллектив учебной группы;
- воспитать у студентов стремление к самосовершенствованию для достижения успехов в избранной профессии.

Базами практики являются аттрактивные природные комплексы Беларуси (Нарочанский край, Новогрудская, Волковыская, Гродненская возвышенности), обладающие наиболее оптимальными условиями для организации пеших туристских походов и отвечающие следующим критериям:

- наличие аттрактивных ландшафтов;
- наличие на маршруте технически сложных участков (склоны, гряды, заболоченная местность, водные преграды, бездорожье и др.);
- наличие на маршруте объектов культурного наследия;
- наличие удобных и безопасных мест для организации биваков;
- близость к источникам питьевой воды;
- транспортная доступность.

В результате прохождения практики формируются следующие компетенции:

Общепрофессиональные компетенции:

- владеть и применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач;
- уметь работать самостоятельно;
- быть способным генерировать новые идеи.

Профессиональные компетенции:

- уметь разработать маршруты спортивных туристских походов 1-2 категории сложности для разных типов ландшафтов;
- проводить анализ результатов полевых исследований и наблюдений, формулировать на их основе корректные выводы и давать рекомендации по их практическому применению.

Специальные компетенции:

- составлять маршруты с учетом факторов аттрактивности, максимизации рекреационного потенциала территорий, физиологических характеристик контингента;
- уметь управлять группой туристов;
- сформировать навыки передвижения в природе, точного ориентирования и дозирования нагрузок;
- уметь организовать бивак, питание, обеспечение безопасности для участников похода;
- освоить приемы и навыки спортивного ориентирования;
- преодолевать полосу препятствий в туристско-прикладных многоборьях;
- уметь оказать доврачебную медицинскую помощь пострадавшему.

Объем учебной практики составляет 6 дней (1 учебная неделя). Учебная практика проводится в форме пешего спортивного похода, составной частью которого являются практические занятия на местности, и предполагает использование специального снаряжения. Формой контроля знаний, умений и навыков, приобретенных студентами во время прохождения практики, является дифференцированный зачет (третий семестр).

СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

1. Организационный этап (подготовка к прохождению практики).
2. Прохождение практики (поход, в рамках которого осуществляются практические занятия согласно рабочей программе).
3. Подведение итогов практики.

1. Организационный этап

Ознакомление с программными документами практики, инструктаж по технике безопасности. Получение личного и специального снаряжения.

2. Примерный тематический план практических занятий во время прохождения практики

№п/п	Разделы программы	Количество часов
1	Организация, подготовка и проведение туристско-спортивного похода	6
2	Топография и спортивное ориентирование	6
3	Техника движения и преодоления препятствий в туристско-спортивном походе	6
4	Обеспечение безопасности при проведении туристско-спортивного похода	6
5	Программно-нормативные основы развития спортивного туризма в Республике Беларусь	6
6	Закрепление приобретенных знаний, умений и навыков. Подготовка отчётной документации по практике	6
Итого		36

3. Содержание учебного материала, выполняемого непосредственно в ходе практики

Раздел I. ОРГАНИЗАЦИЯ, ПОДГОТОВКА И ПРОВЕДЕНИЕ ТУРИСТСКО-СПОРТИВНОГО ПОХОДА

Формирование туристской группы для участия в туристско-спортивном походе. Составление календарного плана подготовки. Разработка маршрута туристско-спортивного похода. Подготовка снаряжения. Расчет питания и список продовольствия. Выбор походного режима. Распорядок дня. Выбор места стоянки, организация бивака. Страховка в туристско-спортивном походе. Вязка узлов. Преодоление полосы препятствия в туристско-прикладном многоборье (ТПМ).

Раздел II. ТОПОГРАФИЯ И СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ

Сущность спортивного ориентирования. Топографическая подготовка. Чтение топографической карты. Оформление спортивных карт. Движение по азимуту. Движение по обозначенному на карте маршруту. Глазомерная съемка. Ориентирование карты с помощью компаса. Ориентирование по солнцу и другим объектам.

Раздел III. ТЕХНИКА ДВИЖЕНИЯ И ПРЕОДОЛЕНИЯ ПРЕПЯТСТВИЙ В ТУРИСТСКО-СПОРТИВНОМ ПОХОДЕ

Преодоление естественных и искусственных препятствий. Переправа по бревну. Преодоление препятствий с помощью подвесной веревки. Преодоление условного болота (по жердям и кочкам), чащи, завала, водной преграды. Подъем – спуск по склону спортивным способом. Траверс склона.

Раздел IV. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ТУРИСТСКО-СПОРТИВНОГО ПОХОДА

Основные правила безопасности при движении на маршруте, при преодолении естественных и искусственных препятствий, при устройстве привалов, ночлегов и очагов. Причины травматизма и несчастных случаев в спортивном туризме. Основные положения пожарной безопасности в лесах. Охрана природы.

Раздел V. ПРОГРАММНО-НОРМАТИВНЫЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ

Общие положения правил проведения соревнований туристско-спортивных походов. Категорирование туристских маршрутов. Разработка положения о соревнованиях. Требования к выполнению разрядных нормативов по спортивному туризму. Основные положения правил соревнований по ТПМ.

Раздел VI. ЗАКРЕПЛЕНИЕ ПРИОБРЕТЕННЫХ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ

Демонстрация приобретенных знаний, умений и навыков в полевых условиях. Организация внутригрупповых соревнований по спортивному туризму.

3. Подведение итогов практики.

Оформление итогового отчета. Примерный план отчета приведен в методических рекомендациях. Защита отчета на зачете.

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

1. Учебно-методическое и информационное обеспечение

1.1) Основная литература:

1. Ганопольский, В. И. Уроки туризма : пособие для учителей / В.И. Ганопольский. – Минск : НМЦентр, 1998. – 216 с.
2. Грицак, Ю.П. Организация самодеятельного туризма : Учебное пособие для студентов специальности «туризм». – Харьков: Экограф, 2008. - 164 с.
3. Краткий справочник туриста / Авт.-сост. Ю. А. Штюмер – 3-е изд., с изм. и доп. – М. : Профиздат, – 1985. – 36 с.
4. Техника безопасности пеших и водных походов : метод. указания для студ. фак. физ. культуры / Авт.-сост. В. В. Крицкий. – Мозырь : МГПУ, 2005. – 64 с.
5. Туризм спортивный. Правила проведения спортивных туристских походов. Мн., 2003.- 6 с.
6. Туристский терминологический словарь: справочно-методическое пособие / Авт.- сост. И. В. Зорин, В.А. Квартальников. – М. : Советский спорт, 1999. – 240 с.
7. Туристско-спортивный поход : методические рекомендации для студентов географического факультета / Авт.-сост. : А.Д. Панько, В.А. Мороз. – Брест : Издательство БрГУ имени А.С. Пушкина, 2011 – 32 с.
8. Федотов, Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм : учебник / Ю.Н. Федотов, И.Е.Востоков. – М. : Советский спорт, 2002. – 364 с.

1.2) Дополнительная литература:

1. Алешин, В. М. Туристическая топография / В.М.Алешин, А.В.Серебренников. – М. : Профиздат, 1985. – 160 с.
2. Бардин, К. В. Азбука туризма / Основы техн. пеш. туризма / : Пособие для учителей. - 2-е изд., испр. и доп. – М. : Просвещение, 1981.
3. Макаревич, Э. А. Туристские походы выходного дня. – Минск : Польша, 1990.
4. Попчиковский, В. Ю. Организация и проведение туристских походов / В. Ю. Попчиковский. – М. : Профиздат, 1987. – 224 с.

1.3. Специальное снаряжение

Палатки туристические
 Костровое оборудование
 Групповой тент
 Индивидуальные страховочные системы
 Веревки туристические

Карабины туристические
Компасы
Карты для спортивного ориентирования

1.4. Методические рекомендации

Представлены в бумажном варианте в ауд. 731 (папки с разработками) и электронном варианте в медиацентре географического факультета (ауд. 732).

Примерный план отчета

1. Характеристика спортивного похода

- 1.1 Краткие справочные сведения о походе
- 1.2 Состав группы
- 1.3 Особенности планирования маршрута
- 1.4 Заявленный план похода
- 1.5 Цели и задачи похода
- 1.6 Итоги похода
- 1.7 Рекомендации группам, желающим повторить данный маршрут

2. Организационные моменты похода

- 2.1 Описание подъездов и отъезда
- 2.2 Географическая характеристика района похода

3. Описание тактико-технических действий группы:

- 3.1 Изменения маршрута и их причины
- 3.2 Краткое описание ключевых препятствий на маршруте, необходимое специальное снаряжение, умения и навыки участников группы
- 3.3 Нитка маршрута пройденного:
- 3.4 Пройденный маршрут, таблица ежедневных переходов
- 3.5 Ежедневное описание переходов

4. Дополнительная информация

- 4.1 Снаряжение
- 4.2 Весовые характеристики груза взятого на маршрут

Пример индивидуального задания

1. Составить маршрут 6-дневного велосипедного похода по территории Брестского, Малоритского и Кобринского районов для 14 человек.
По топографической карте определить конечные точки маршрута, места для разбития биваков на ночь (ночевок) и кратковременного отдыха (перекусы, обеды и др.). Рассчитать километраж между основными объектами на маршруте, охарактеризовать тип дорог и местности, по которой проходит нитка маршрута.

2. Нанести на карту маршрут, обозначить ключевые точки.
3. Описать все достопримечательности (архитектура, природа, музеи, памятники и др.) на маршруте.
4. Составить примерное меню на все дни похода (завтрак, обед или перекус, ужин), рассчитать общее количество пайки на всю группу.
5. Рассчитать количество необходимого туристского снаряжения (индивидуального, специального и группового) для данной группы туристов.

2. Параметры оценки деятельности студентов за период прохождения практики:

- знания, практические навыки и умения, активность, проявленные студентом в период практики;
- качество содержания и оформления документов, своевременность их предоставления;
- ответы студента на защите практики, умение вести дискуссию.

Отметка в баллах	Показатели оценки
10 (десять)	Студент выполнил весь объем работы, требуемый программой практики, ответственно и с интересом относился ко всей работе, активно проявлял инициативу, показал глубокую теоретическую и практическую подготовку на всех этапах практики, проявил исследовательскую культуру при оформлении документации, сформулированы выводы.
9 (девять)	Студент выполнил программу практики, хорошо выполнял задания, порученные руководителем, проявлял заинтересованность в работе, показал теоретическую и практическую подготовку на всех этапах практики, проявил исследовательскую культуру при оформлении документации.
8 (восемь)	Студент выполнил программу практики, хорошо выполнял задания, порученные руководителем, проявлял заинтересованность в работе, показал теоретическую и практическую подготовку на всех этапах практики, проявил исследовательскую культуру при оформлении документации, но допускал единичные несущественные ошибки.
7 (семь)	Студент выполнил программу практики, выполнял задания, порученные руководителем, но не всегда самостоятельно, проявлял заинтересованность в работе, показал теоретическую и практическую подготовку на всех этапах практики, допускал единичные несущественные ошибки, иногда затруднялся сформулировать выводы.
6 (шесть)	Студент выполнил весь объем работы, согласно программе практики, с интересом относился ко всей работе, показал хорошую теоретическую и практическую подготовку на всех этапах практики, некоторые задания выполнял не самостоятельно, допускал отдельные незначительные ошибки при выполнении заданий, оформление отчетных информации, возникали трудности при формулировании обобщений и выводов, которые решались с помощью преподавателя. Студент не нарушал режима практики и правил техники безопасности..

Отметка в баллах	Показатели оценки
5 (пять)	Студент выполнил весь объем работы, согласно программе практики, с интересом относился ко всей работе, показал удовлетворительное теоретическую и практическую подготовку на всех этапах практики, некоторые задания выполнял не самостоятельно, допускал отдельные ошибки при выполнении заданий, оформление отчетных информации, возникали трудности при формулировании обобщений и выводов, которые решались с помощью преподавателя. Студент не нарушал режима практики и правил техники безопасности.
4 (четыре)	Студент выполнил программу практики, однако в процессе работы не проявил достаточной заинтересованности, инициативы и самостоятельности, допускал существенные ошибки в проведении мероприятий, предусмотренных программой практики, не сумел установить контакт с коллективом, при выполнении исследовательских заданий продемонстрировал недостаточный уровень исследовательской культуры.
3 (три)	Студент не выполнил необходимый объем работы, согласно программы практики, не проявил в нем заинтересованности. Студент не нарушал режима практики и правил техники безопасности....
2 (два)	Студент не выполнил необходимый объем работы, согласно программы практики, не проявил в нем заинтересованности. Студент допускал отдельные нарушения режима практики и правил техники безопасности.
1 (один)	Студент не выполнил программу практики, безответственно относился к своим обязанностям. Допустил грубые нарушения.