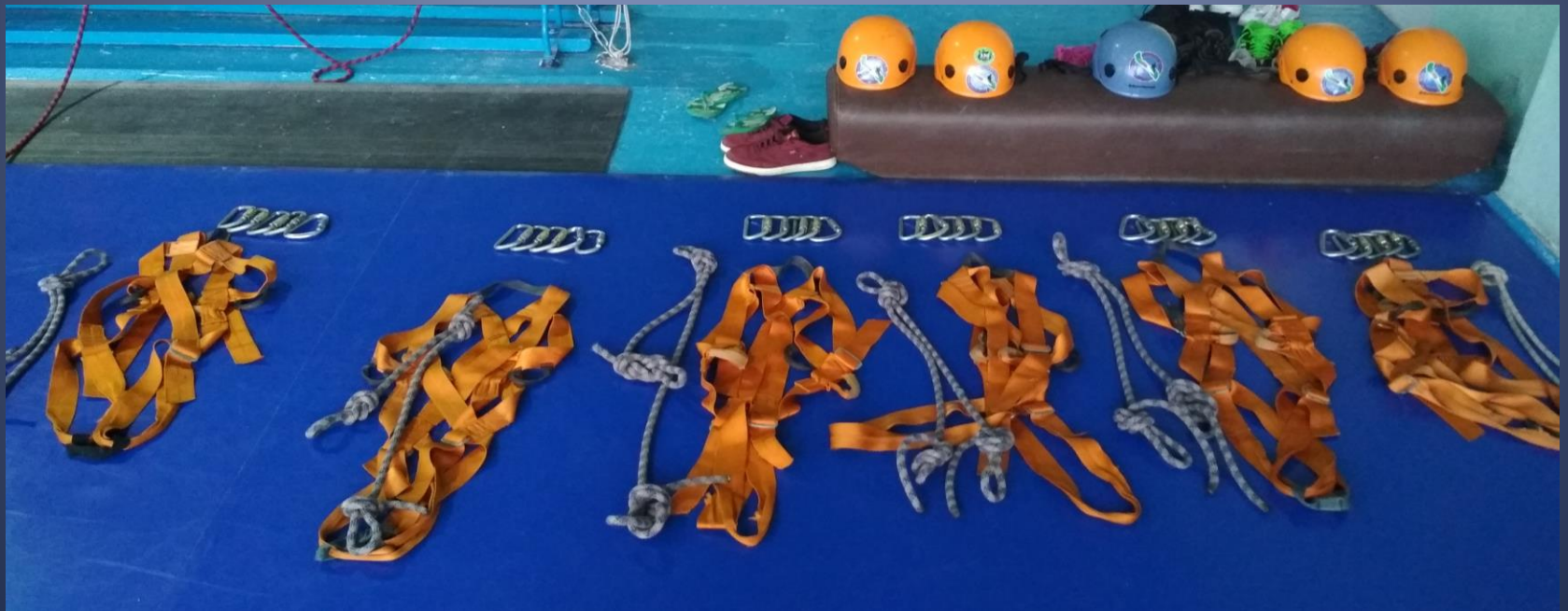


Спортивно-педагогічне вдосконалення: спортивний туризм



АВТОР І ВИКЛАДАЧІ

Парій Світлана Борисівна

Досвід спортивних туристичних походів з 2009 року. Спортивні походи: пішохідні I категорії складності – 7 (участь), II категорії складності – 1 (участь), III категорії складності – 1 (участь); вело II категорії складності – 1 (участь); водні I категорії складності (байдарка двійка) 1 (участь).

Питюк Павло Федорович

2021 рр. - інструктор спортивного туризму, тренер збірної команди ЗНУ з пішохідного туризму, велосипедного та гірського видів туризму; 2014 рр. - один із засновників туристського клубу ЗДУ "Олімп".

Провів більше 50 спортивних пішохідних походів I-V категорій складності та неодноразово приймав участь у Чемпіонатах України та Світу де разом з командою посідав призові місця; Спортивна діяльність. Очолює збірну команду Запорізької області зі спортивного туризму, тренер команди університету зі спортивного туризму.



ОПИС КУРСУ

Метою вивчення навчальної дисципліни є формування цілісного уявлення про спортивний туризм як вид спорту і навчальну дисципліну. Забезпечити глибоку теоретичну та практичну підготовку студентів, формуючи у них систему професійних знань та умінь зі спортивного туризму.

Курс покликаний розкрити сутність спортивного туризму, як ефективної технології формування у людини високих духовних і фізичних якостей. Важливість вивчення курсу обумовлена розвитком спортивного туризму, як невід'ємної складової загальнодержавної системи фізичної культури і спорту та спрямованістю на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини шляхом залучення її до участі у спортивних походах різної складності та змаганнях з техніки спортивного туризму. Теоретична та практична підготовка зі спортивного туризму сприятиме успішній діяльності майбутнього фахівця галузі, конкурентоспроможності на ринку праці, оскільки заклади спортивного туризму маю розгалужену систему, до якої належать спортивно-туристичні секції на підприємствах та установах, туристичні клуби, районні та обласні відділи туризму, будинки дитячої творчості, федерації спортивного туризму, шкільні туристичні гуртки тощо.

Навчання за курсом «Спортивно-педагогічне вдосконалення» (спортивний туризм) передбачає використання спеціального спорядження та обладнання: карабіни, жумари, індивідуальні страхувальні системи, шоломи, вісімки, грі-грі, пантіни, ролики, мотузки.

ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

У разі успішного завершення курсу Ви **зможете**:

- виконувати роботу з організації і проведення спортивних походів, спостережень;
- планувати та організовувати спортивні туристичні походи різної категорії складності;
- готувати звіти після походу спортивного та екологічного напрямку;
- підготувати і провести спортивні змагання з туристського багатоборства;
- планувати та проводити роботу туристських секцій та клубів в колективах закладів освіти та за місцем проживання;
- організовувати та проводити масові некатегорійні спортивні туристські походи.



ЗМІСТ КУРСУ

Топографічні та спортивні карти:

- топографічні карти;
- масштаб топографічних карт;
- елементи змісту карти;
- спортивна карта.

Визначення відстані і робота з компасом:

- складові туристичного компасу;
- визначення сторін світу;
- орієнтування карти за компасом;
- визначення відстані на карті.

Умовні позначки спортивних карт:

- групи умовних позначень на спортивних картах;
- рельєф, гідрографія, рослинність;
- лінійні позначки;
- позамасштабні позначки.

Рельєф місцевості, його відображення на спортивних картах:

- відображення рельєфу горизонталями;
- відображення рельєфу умовними позначками;
- допоміжні горизонталі;
- бергштрих.

Читання карти, орієнтування за картою:

- читання карти й рух за картою;
- зв'єрення карти з місцевістю;
- визначення відстаней;
- визначення напрямків.

Визначення місця знаходження, орієнтування на місцевості:

- визначення місця знаходження;
- ототожнення карти з місцевістю;
- вимірювання довжини пройденого шляху;
- орієнтування на місцевості.

Рух за азимутом:

- магнітний азимут;
- визначення азимуту;
- знаття азимуту з карти;
- рух за азимутом.

Туристичні вузли і їх застосування:

- характеристика вузлів та їх застосування;
- вузли для зв'язування мотузок однакової та різної товщини;
- вузли для організації петлі;
- контрольні та страхувальні вузли.

Робота в залі зі спорядженням

