



ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

- 1. Код:** ПП 11.
- 2. Назва:** Оздоровчий туризм та орієнтування.
- 3. Тип:** Обов'язковий.
- 4. Рівень вищої освіти:** I (бакалаврський).
- 5. Рік навчання, коли пропонується дисциплін:** 2.
- 6. Семестр, коли вивчається дисципліна:** 4.
- 7. Кількість кредитів ЄКТС:** 5.0
- 8. Прізвище, ініціали лектора/лекторів, науковий ступінь, посада:** Петрук Л.А., старший викладач.
- 9. Результати навчання:** після вивчення дисципліни студент повинен бути здатним:
 - самостійно працювати з метою поглиблення знань;
 - оформити маршрутну документацію;
 - організувати та провести походи, екскурсії, подорожі;
 - користуватися картами, компасами та орієнтуватися на місцевості;
 - вести роботу з масового туризму за місцем проживання;
 - уміти в'язати основні вузли;
 - організувати та пройти основні технічні етапи.
- 10. Форми організації занять:** навчальне заняття, самостійна робота, практична підготовка; іспит.
- 11. • Дисципліни, що передують вивченню зазначеної дисципліни:** «Теорія та методика фізичного виховання».
- Дисципліни, що вивчаються супутньо із зазначеною дисципліною (за необхідності):**
- 12. Зміст курсу:** (перелік тем) Оздоровчий туризм та його місце в сучасній системі фізичного виховання. Історія розвитку самодіяльного туризму, його перспективи. Види туризму та їх характеристика. Туристсько-краєзнавчі можливості Рівненщини та України. Спортивне орієнтування та основи топографічної підготовки туристів. Топографічна карта. Рельєф місцевості та зображення його на топографічній карті. Умовні топографічні знаки. Компас і робота з ним. Орієнтування на місцевості. Найпростіші способи геометричних вимірювань на місцевості. Організація та методика проведення туристських походів школярів. Масові туристські заходи у школі. Класифікація походів, характеристика категорійних походів. Комплектування груп, вибір району подорожі. Оформлення маршрутної документації. Групове і особисте спорядження. Організація змагань з техніки пішохідного туризму. Туристичні вузли та їх призначення. Опис технічних етапів та загальні вимоги до подолання етапів на змаганнях. Застосування та експлуатація спорядження на змаганнях та в походах з пішохідного туризму.
- 13. Рекомендовані навчальні видання:**
 1. Грабовський Ю.А., Скалій О.В., Скалій Т.В. Спортивний туризм. Навчальний посібник / Ю.А. Грабовський, О.В. Скалій, Т.В. Скалій. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2008. – 304 с.
 2. Жданова О.М., Тучак А.М., Поляковський В.І., Котова І.В. Організація та методика оздоровчої фізичної культури і рекреаційного туризму / О.М. Жданова, А.М. Тучак, В.І. Поляковський, І.В. Котова. – Луцьк: Вежа, 2000. – 242с.



3. Коцур Н.І. Медико-педагогічне забезпечення дитячого туризму. // Основи здоров'я та фізичної культури. – 2006. - №2 - С.13-15 .

4. Щур Ю.В., Дмитрук О.Ю. Спортивно-оздоровчий туризм. Навчальний посібник / Ю.В. Щур, О.Ю. Дмитрук. – К.: «Альтерпрес», 2003. – 232 с.

14. Заплановані види навчальної діяльності та методи викладання:

20 год. лекцій, 40 год. лабораторних робіт, 90 год. самостійної роботи. Разом – 150 год.

Методи: інтерактивні лекції, індивідуальні завдання, індивідуальні та групові науково-дослідні завдання, використання мультимедійних засобів.

15. Форми та критерії оцінювання:

Оцінювання здійснюється за 100-бальною шкалою.

Підсумковий контроль (40 балів): іспит усний, в кінці 4 семестру.

Поточний контроль (60 балів): тестування, опитування.

16. Мова навчання. Українська.

Завідувач кафедри,
к.фіз.вих, доцент



М.І. Євтух

Національний університет
водного господарства
та природокористування



DESCRIPTION OF EDUCATIONAL DISCIPLINE

1. Code PP 11

2. **Title.** *Health tourism and orienteering*

3. **Type.** *obligatory.*

4. **Level of higher education:** *I (Bachelor's degree).*

5. **Year of study, when the discipline is offered:** *2.*

6. **Semester when studying discipline:** *4.*

7. **Number of ECTS credits.** *5.0*

8. **Surname, initials of the lecturer / lecturers, scientific degree, position:** *Petruk L. A.*

9. **Learning outcomes: after studying the discipline, the student must be able to:**

- *work independently for the purpose of deepening knowledge;*
- *to issue route documentation;*
- *organize and conduct hikes, excursions, trips*
- *use maps, compasses and locate them;*
- *to work on mass tourism at the place of residence;*
- *be able to knit the main knots;*
- *organize and complete the main technical stages*

10. **Forms of organization of classes:** *training, independent work, practical training; exam.*

11. • **Disciplines preceding the study of the specified discipline:** *"Theory and methods of physical education".*

- *Disciplines studied in conjunction with the specified discipline (if necessary):*

12. **Contents of the course:***(list of topics) Health tourism and its place in the modern system of physical education. History of development of amateur tourism, its perspectives. Types of tourism and their characteristics. Tourist and ethnographic opportunities of the Rivne region and Ukraine. Sport orienteering and the basics of topographical training of tourists. Topographic map. Terrain and its image on a topographic map. Conditional topographic signs. Compass and work with it. Orientation in the area. The simplest methods of geometric measurements on the terrain. Organization and method of conducting tourist trips of schoolchildren. Massive hiking events at school. Classification of campaigns, characterization of categorical campaigns. Picking up groups, choosing a travel destination. Registration of route documentation. Group and personal equipment. Organization of the competition for the pedestrian trisma. Tourist sites and their destination. Description of technical steps and general requirements to overcome the stages in the competition. The use and operation of equipment for competitions and hiking tours.*

13. **Recommended editions:** *(indicate up to 5 sources)*

1. Grabovsky Yu.A., Skaliy O.V., Skaliy T.V. *Sports tourism. Tutorial / Yu.A. Grabovsky, O.V. Skaliy, T.V. Rocky - Ternopil: Educational book - Bogdan, 2008. - 304 p.*

2. Zhdanova O. M., Tuchak AM, Polyakovsky VI, Kotova IV *Organization and methods of recreational physical culture and recreational tourism / O.M. Zhdanova, AM Tuchak, VI Polyakovsky, IV Kotova - Lutsk: Tower, 2000. - 242s.*

3. Kotsur N.I. *Medical pedagogical support for children's tourism. // Fundamentals of Health and Physical Culture. - 2006. - No. 2 - P.13-15.*

4. Shchur Yu.V., Dmitruk O.Yu. *Sports and health tourism. Tutorial / Yu.V. Rat, O.Yu. Dmitruk - K.: "AlterPress", 2003 - 232 p.*

14. **Planned types of educational activities and teaching methods:**



20 years lectures, 40 hours. laboratory work, 90 h. independent work. Together - 150 years.

Methods: interactive lectures, elements of problem lecture, individual tasks, individual and group research tasks, use of multimedia tools.

15. Form and evaluation criteria:

The evaluation is carried out on a 100-point scale.

Final examination (40 points): oral **exam**, at the end of the 5th semester.

Current control (60 points): testing, questioning.

16. Language of training. Ukrainian

Head of the department

M.I. Evtuh



Національний університет
водного господарства
та природокористування