

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ**
інститут охорони здоров'я

Затверджено
Валерій СОРОКА
2023-02-23 09:35:19.370

08-01-51 S

СИЛАБУС

навчальної дисципліни

SYLLABUS

«Оздоровчий туризм та орієнтування»		«Health tourism and orienteering»	
Шифр за ОП	ВВ 1.4	Code in Degree Programme	
Освітній рівень: бакалаврський (перший)		Level of Education: Bachelor (first)	
Галузь знань: Освіта/Педагогіка	01	Field of Knowledge: Education/Pedagogy	
Спеціальність: Фізична культура і спорт	017	Field of Study: Physical cultura and sports	
Освітня програма: Фізична культура і спорт		Degree Programme: Physical cultura and sports	

РІВНЕ – 2022

Силабус навчальної дисципліни «Оздоровчий туризм та орієнтування» для здобувачів вищої освіти першого ступеня «бакалавр», які навчаються за

освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Рівне. НУВГП. 2022. 8 с.

ОПП на сайті університету <http://ep3.nuwm.edu.ua/id/eprint/25182>

Розробник силабусу: Петрук Людмила Анатоліївна, старший викладач.

Силабус схвалений на засіданні кафедри теорії та методики фізичного виховання

Протокол № 1 від «30» серпня 2022 року

В. о. завідувача кафедри: *е-підпис* Гамма Тетяна Вікторівна, к.б.н., доцент.

Гарант освітньої програми: *е-підпис* Гамма Тетяна Вікторівна, кандидат біологічних наук, доцент, в.о. завідувача кафедри теорії та методики фізичного виховання.

Схвалено науково-методичною радою з якості ННІОЗ

Протокол № 1 від «06» вересня 2022 року

Голова науково-методичної ради з якості ННІОЗ: Григус Ігор Михайлович, д.мед.н., професор.

© Петрук Л.А.,
2022

© НУВГП, 2022

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ	
Ступінь вищої освіти	<i>Бакалавр</i>
Освітня програма	<i>Фізична культура і спорт</i>
Спеціальність	<i>017 Фізична культура і спорт</i>
Рік навчання, семестр	<i>4-й (7 семестр)</i>
Кількість кредитів	<i>4 кредити ЄКТС</i>
Лекції:	<i>24 год</i>
Лабораторні заняття:	<i>32 год</i>
Самостійна робота:	<i>64 год</i>

Курсова робота:	ні
Форма навчання	денна/заочна
Форма підсумкового контролю	7 семестр - залік
Мова викладання	Українська
ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА	
ПРОФАЙЛ ЛЕКТОРА	
	Петрук Людмила Анатоліївна старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання
Вікіситет	https://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Петрук_Людмила_Анатоліївна
ORCID	https://orcid.org/0000-0002-3221-5028
Канали комунікації	l.a.petruk@nuwm.edu.ua

Інформація про дисципліну	
Анотація навчальної дисципліни, у т.ч. мета та цілі	<p>Навчальна дисципліна «Оздоровчий туризм та орієнтування» сприяє розвитку пізнавальних інтересів та є ефективним засобом фізичного, патріотичного, морального, естетичного виховання молоді. Заняття туризмом сприяє свідомому формуванню культури здоров'я, здорового способу життя, а здобуті під час туристських походів, екскурсій, подорожей знання визначають інтерес студентів до навколишнього світу, формують правильне ставлення до потреб суспільства, сприяють розвитку та вдосконаленню фізичних якостей позитивно діють на розумову і фізичну працездатність. Саме такі набуті знання, уміння і навички дають можливість формуванню висококваліфікованих спеціалістів.</p> <p>Метою даної дисципліни є послідовне формування професійно-педагогічних умінь і навиків у туризмі: організації та проведенні краєзнавчо-екскурсійної роботи; туристських походів; топографічної підготовки та орієнтування на місцевості, організація та проведення туристичних змагань.</p> <p>Завдання навчальної дисципліни передбачають вивчення основи туристської підготовки, навчання роботи з картою і компасом, оволодіння організаційно-методичними уміннями до проведення туристських походів та екскурсій, участі у туристичних змаганнях.</p>
Посилання щодо розміщення навчальної дисципліни на навчальній платформі Moodle	https://exam.nuwm.edu.ua/user/index.php?id=2458
Компетентності	ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. ЗК4. Здатність працювати в команді. ЗК12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

	<p>ФК1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.</p> <p>ФК3. Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.</p> <p>ФК4. Здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують.</p> <p>ФК5. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.</p> <p>ФК10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.</p>
Програмні результати навчання	<p>ПРН11. Обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту.</p> <p>ПРН13. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.</p>
Перелік соціальних, «м'яких» навичок (soft skills)	Аналітичні навички, взаємодія з людьми, уміння працювати в команді, екологічна грамотність і здорове життя, загальнокультурна грамотність, гнучкість розуму, навички міжособистісних відносин, здатність логічно обґрунтовувати позицію, формування власної думки та прийняття рішень.

СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Лекцій – 24 год	Лабораторних – 32 год	Самостійна робота – 64 год
-----------------	-----------------------	----------------------------

Програмові результати навчання – ПРН 11

Обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	Вміти дотримуватись безпеки, визначати цілі туризму, аналізувати та характеризувати туристичні ресурси. Демонструвати знання в умінні обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації орієнтованих на організацію туристичних походів, екскурсій, подорожей.
Методи та технології навчання	Словесні, наочні, практичні методи, навчальні дискусії, опитування, тестування, методи самостійної роботи студентів, самоконтроль.
Засоби навчання	Бібліотечні фонди (підручники і навчальні посібники, методичні рекомендації). Технічні засоби (відеозаписи).

Програмові результати навчання – ПРН 13

Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	Демонструвати уміння і навички використовувати популярні види рухової активності в орієнтуванні на місцевості та мати достатній рівень топографічної підготовки туристів. Демонструвати знання у орієнтуванні та організації туристичних походів оздоровчого спрямування.
Методи та технології навчання	Навчальні дискусії, опитування, тестування, методи самостійної роботи студентів, самоконтроль. Навчальні ігри, тренінги в активному режимі, аналіз конкретних ситуацій, індивідуальне навчання, робота в команді.
Засоби навчання	Спортивні споруди/приміщення та обладнання. Бібліотечні фонди (підручники і навчальні посібники, методичні рекомендації). Технічні засоби (відеозаписи).

За поточну (практичну) складову оцінювання	За модульний контроль знань, Модуль 1 – 20 балів
--	--

60 балів	Модуль 2 – 20 балів
----------	---------------------

Усього за поточну (практичну) складову оцінювання, балів	60
Усього за модульний (теоретичний) контроль знань, модуль 1, модуль 2, бали	40
Усього за дисципліну	100

ЛЕКЦІЙНІ ЗАНЯТТЯ

1. Оздоровчий туризм як засіб гармонійного розвитку особистості та його місце в сучасній системі фізичного виховання.
2. Історія розвитку та перспективи самодіяльного туризму. Визначення поняття туризм.
3. Види туризму та їх характеристика. Туристичні вузли та їх призначення.
4. Туристично-краєзнавчі можливості Рівненщини та України.
5. Спортивне орієнтування та основи топографічної підготовки туристів. Топографічна карта.
6. Рельєф місцевості та зображення його на топографічній карті. Умовні топографічні знаки.
7. Топографічне орієнтування з картою. Компас і робота з ним. Орієнтування на місцевості.
8. Правові особливості організації походів та подорожей з учнівською та студентською молоддю.
9. Організація та проведення туристичних походів та подорожей. Масові туристичні заходи у закладах освіти.
10. Класифікація походів, характеристика категорійних походів. Вибір району подорожі. Комплектування груп, організація руху в поході.
11. Оформлення маршрутної документації. Групове і особисте спорядження.
12. Організація змагань у туризмі. Технічні етапи та загальні вимоги до подолання етапів на змаганнях.

ЛАБОРАТОРНІ РОБОТИ

1. Оздоровчий туризм як засіб фізичного виховання.
2. Характеристика видів та форм туризму.
3. Ознайомлення з технікою в'язання основних вузлів.
4. Навчання в'язання основних вузлів.
5. Екскурсійні об'єкти Рівненщини та України.
6. Топографічна підготовка туристів. Топографічна карта і план.
7. Вивчення топографічних знаків.
8. Місцевість, рельєф, топографічні знаки. Способи зображення рельєфу. Масштаб.
9. Читання карт. Навчання прийомам при роботі з картою. Вимірювання відстаней по карті. Орієнтування з компасом та картою.
10. Робота зі спортивною картою. Орієнтування карти відносно сторін горизонту. Робота з компасом і картою на місцевості.
11. Туристичний похід. Підготовка маршрутної документації. Розробка маршруту туристичної подорожі та кошторис фінансових витрат.
12. Групове і особисте спорядження. Встановлення намету, складання наплічника.
13. Проходження технічного етапу: «переправа по колоді», «траверс схилу», «переправа по мотузці з перилами», «підйом та спуск по вертикальних перилах», «навісна переправа через річку».
14. Організація та проходження комбінованих етапу підйому, спуску, траверсу, смуги перешкод.
15. Підготовка до походу вихідного дня.
16. Одноденний похід вихідного дня.

Перелік соціальних, «м'яких» навичок (soft skills)

Взаємодія з людьми, вміння відчувати настрій співрозмовника, вміння працювати в команді, здатність до навчання, здатність логічно обґрунтовувати позицію, знаходити вихід з складних ситуацій, комунікаційні якості, навички ведення перемовин, навички усного спілкування, працелюбність, саморозвиток, творчі здібності (креативність).

<p>Форми та методи навчання</p>	<p>В умовах модульно-кредитної технології навчання заняття проводяться переважно в активних і творчих формах – це проблемні й оглядові лекції, активні семінари, лабораторні заняття, ділові ігри, тренінги, заняття із застосуванням комп'ютерної та телекомунікаційної техніки тощо.</p> <p>Для формувань умінь і навичок застосовуються такі методи навчання:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вербальні/словесні (лекція, пояснення, розповідь, бесіда, інструктаж); - наочні (спостереження, ілюстрація, демонстрація); - практичні (різні види вправління, виконання графічних робіт, проведення експерименту, практики); - пояснювально-ілюстративний або інформаційно-рецептивний, який передбачає пред'явлення готової інформації викладачем та її засвоєння студентами; - репродуктивний, в основу якого покладено виконання різного роду завдань за зразком; - метод проблемного викладу; - частково-пошуковий; - дослідницький.
<p>Порядок та критерії оцінювання</p>	<p>Для досягнення мети та цілей курсу студентам потрібно вчасно виконати практичні завдання, які розміщені на платформі MOODLE та здати модульні контролі.</p> <p>Під час лабораторних занять викладач проводить оцінювання виконання завдань.</p> <p>За вчасне та якісне виконання завдань, студент отримує такі обов'язкові бали:</p> <ul style="list-style-type: none"> 60 балів за практичні завдання; 20 балів – модуль 1; 20 балів – модуль 2. <p>Усього 100 балів.</p> <p>Модульний контроль проходитиме у формі тестування.</p> <p>У тесті 20 запитань різної складності: рівень 1 – 20 запитань по 0,45 бала (9 балів), рівень 2 – 9 запитань по 1 балу (9 балів), рівень 3 – 1 запитання по 2 бали (2 бали). Усього – 20 балів.</p> <p>Лінк на нормативні документи, що регламентують проведення поточного та підсумкового контролів знань студентів, можливість їм подання апеляції:</p> <p>https://nuwm.edu.ua/strukturni-pidrozdili/navch-nauk-tsentr-nezalezhnoho-otsiniuvannia-znan</p>
<p>Поєднання навчання та досліджень</p>	<p>Студенти мають можливість додатково отримати бали за виконання індивідуальних завдань дослідницького характеру, а також можуть бути долучені до написання та опублікування наукових статей з тематики курсу.</p>
<p>Інформаційні ресурси</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Грабовський Ю. А., Скалій О. В., Скалій Т. В. Спортивний туризм : навч. посіб. Тернопіль : Богдан, 2008. 304 с. 2. Організація та методика оздоровчої фізичної культури і рекреаційного туризму / Жданова О. М., Тучак А. М., Поляковський В. І., Котова І. В. Луцьк : Вежа, 2000. 242с. 3. Закон України “Про туризм” від 15.09.1995р. № 324/95 – ВР. 4. Колотуха О. В. Спортивні рекреаційно-туристські ресурси України. Київ : Федерація спортивного туризму України, 2006. 208 с. 5. Павленко Є. Є. Оздоровчий туризм : навч. посібник для студентів денної форми навчання / Є. Є. Павленко, Г. С. Ільницька, В. О. Павленко. Х. : НФаУ. 2021. – 114 с. 6. Щур Ю. В. Дмитрук О. Ю. Спортивно-оздоровчий туризм. Навчальний посібник. Київ : «Альтерпрес», 2003. 232 с. 7. Всесвітня туристична організація : Офіційний сайт. URL : http://unwto.org/

	<p>8. Державне агентство України з туризму та курортів. URL : http://www.tourism.gov.ua/</p> <p>9. Про туризм: Закон України / Відомості Верховної Ради України (ВВР), 1995. - №31./ - Ст.241 (редакція від 04.08.2011). URL : http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=324%2F95-%E2%F0</p> <p>10. Туризм та активний відпочинок. URL : http://spa.net.u</p> <p>11. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://zakon1.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=229-88-%EF. – Назва з екрану.</p> <p>12. Теорія та методика фізичного виховання [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.tmfv.com.ua. – Назва з екрану.</p>
Правила та вимоги (політика)	
Дедлайни та перескладання	<p>Перездача відбувається шляхом відпрацювання лабораторних занять з іншою підгрупою студентів. Можливе отримання додаткових балів за волонтерську роботу у реабілітаційному центрі.</p> <p>Ліквідація академічної заборгованості здійснюється згідно «Порядку ліквідації академічних заборгованостей у НУВГП», http://ep3.nuwm.edu.ua/4273/. Згідно цього документу і реалізується право студента на повторне вивчення дисципліни чи повторне навчання на курсі.</p> <p>Перездача модульних контролів здійснюється згідно http://nuwm.edu.ua/struktorni-pidrozdili/navch-nauk-tsentr-nezalezhnogo-otsiniuvannia-znan/dokumenti.</p> <p>Оголошення стосовно дедлайнів здачі та перездачі оприлюднюються на сторінці MOODLE https://exam.nuwm.edu.ua/</p>
Неформальна та інформальна освіта	<p>Студенти мають право на перезарахування результатів навчання набутих у неформальній та інформальній освіті згідно відповідного положення http://nuwm.edu.ua/sp/neformalna-osvita.</p> <p>Студенти можуть самостійно на платформах Prometheus, Coursera, edEx, edEra, FutureLearn та інших опановувати матеріал для перезарахування результатів навчання. При цьому важливо, щоб знання та навички, що формуються під час проходження певного онлайн-курсу чи його частин, мали зв'язок з очікуваними навчальними результатами даної дисципліни/освітньої програми та перевірялись в підсумковому оцінюванні.</p>
Практики, представники бізнесу, фахівці, залучені до викладання	До викладання, за згодою, запрошуються фахівці сфери фізичної культури та спорту.
Правила академічної доброчесності	<p>Всі студенти, співробітники та викладачі НУВГП мають бути чесними у своїх стосунках, що застосовується і поширюється на поведінку та дії, пов'язані з навчальною роботою. Студенти мають самостійно виконувати та подавати на оцінювання лише результати власних зусиль та оригінальної праці. Студенти, які порушують «Кодекс честі університету», не отримають бали за це завдання, а в разі грубих порушень, курс не буде їм зараховано, студенти будуть направлені на повторне вивчення.</p> <p>При здачі індивідуальних навчально-дослідницьких робіт може проводитись перевірка на плагіат.</p> <p>В цілому студенти та викладачі мають дотримуватись:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Положення про запобігання плагіату випускних кваліфікаційних робіт здобувачів вищої освіти зі змінами та доповненнями - Кодекс честі студентів - Кодекс честі наукових, науково-педагогічних і педагогічних працівників НУВГП - Положення про виявлення та запобігання академічного плагіату в НУВГП <p>http://nuwm.edu.ua/sp/akademichna-dobrochesnistj</p>

Вимоги до відвідування	Студент зобов'язаний брати участь у всіх заняттях. Відпрацювати пропущені заняття можна при проведенні занять з іншою групою за тією ж темою або під час консультацій з предмету.
Оновлення	За ініціативою викладача зміст даного курсу оновлюється щорічно, враховуючи зміни у законодавстві України, наукові досягнення у фізичній культурі і спорті. Зміст даної навчальної дисципліни оновлюється на основі наукових досягнень і сучасних практик в даній галузі та змін у освітній програмі щодо програмних результатів навчання.
Академічна мобільність. Інтернаціоналізація	Електронні бібліотеки: http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/korisni-posilannya/elektronni-biblioteki Як знайти статтю у Scopus: http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/506-v-dopomohu-avtoram База періодичних видань: https://www.scimagoir.com/ Електронний каталог: http://nuwm.edu.ua/MySql/ Можливості доступу до електронних ресурсів та сервісів: http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/516-mozhlyvosti-dostupu-do-resursiv-i-servisiv

Лектор

Петрук Л.А., старший викладач.

Автор
Старший викладач

Людмила ПЕТРУК



документ підписаний КЕП
Номер документа СИЛ №171 від 2023-02-23 09:35:19.370
Підписувач Сорока Валерій Степанович
Підписувач (дані КЕП): СОРОКА ВАЛЕРІЙ СТЕПАНОВИЧ
Сертифікат 2B6C7DF9A3891DA1040000003947CE001A498F03
Дійсний з 05.08.2022 15:21 до 05.08.2023 23:59