

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ**

Навчально-науковий інститут охорони здоров'я

08-01-86S

СИЛАБУС

освітнього компонента

SYLLABUS

«Оздоровчий туризм та орієнтування»		«Health tourism and orienteering»	
Шифр за ОП	ВВ 5	Code in Degree Programme	
Освітній рівень: магістерський (другий)		Level of education: master's (second)	
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: Фізкультурно-спортивна реабілітація		Degree Programme: Physical cultura and sports rehabilitation	

РІВНЕ – 2023

Силабус освітнього компонента «Оздоровчий туризм та орієнтування» для здобувачів вищої освіти другого ступеня «магістр», які навчаються за освітньо-професійною програмою «Фізкультурно-спортивна реабілітація» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Рівне. НУВГП. 2023. 6 с.

ОПП на сайті університету <https://ep3.nuwm.edu.ua/26778/>

Розробники силабусу:

e-підпис Старіков Володимир Сергійович, доцент._

e-підпис Петрук Людмила Анатоліївна, старший викладач._

Силабус схвалений на засіданні кафедри теорії та методики фізичного виховання

Протокол № 1 від «28» серпня 2023 року.

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

Гарант освітньої програми:

e-підпис Старіков Володимир Сергійович, доцент кафедри теорії та методик фізичного виховання.

Схвалено науково-методичною радою з якості ННІОЗ

Протокол № 1 від «29» серпня 2023 року.

Голова науково-методичної ради з якості ННІОЗ:

e-підпис Григус Ігор Михайлович, д.мед.н., професор.

ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Оздоровчий туризм та орієнтування

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ

Ступінь вищої освіти	<i>Магістр</i>
Освітня програма	<i>Фізкультурно-спортивна реабілітація</i>
Спеціальність	<i>017 Фізична культура і спорт</i>
Рік навчання, семестр	<i>2-й (3 семестр)</i>
Кількість кредитів	<i>4,5 кредити ЄКТС</i>
Лекції:	<i>12 год</i>
Лабораторні заняття:	<i>34 год</i>
Самостійна робота:	<i>89 год</i>
Форма підсумкового контролю	<i>залік</i>
Мова викладання	<i>Українська</i>

ІНФОРМАЦІЯ ПРО РОЗРОБНИКІВ

ПРОФАЙЛ ЛЕКТОРА



Старіков Володимир Сергійович
доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання

Вікіситет
ORCID
Як комунікувати

<https://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/>
<https://orcid.org/0000-0002-2514-2908>
v.s.starikov@nuwm.edu.ua

ПРОФАЙЛ АСИСТЕНТА



Петрук Людмила Анатоліївна
старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання

Вікіситет
ORCID
Канали комунікації

https://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Петрук_Людмила_Анатоліївна
<https://orcid.org/0000-0002-3221-5028>
l.a.petruk@nuwm.edu.ua

ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

Мета та завдання

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.

Завдання навчальної дисципліни передбачають вивчення основи туристської підготовки, навчання роботи з картою і компасом, оволодіння організаційно-методичними уміньми до проведення туристських походів та екскурсій, участі у туристичних змаганнях.

Посилання на розміщення освітнього компонента на навчальній платформі Moodle

<https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=4967>

Компетентності

ЗК 1. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
ЗК 2. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.
ЗК 3. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.
ЗК 4. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
ЗК 7. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.
СК 3. Здатність здійснювати науково-педагогічну діяльність у закладах вищої освіти.
СК 4. Здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів.
СК 6. Здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту.
СК 7. Здатність планувати, організовувати та здійснювати самостійні наукові дослідження з проблем фізичної культури і спорту.
СК 8. Здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту.
СК 9. Усвідомлювати принципи професійної та академічної етики і необхідність їх дотримання.

Програмні результати навчання (ПРН)*

ПРН 4. Зрозуміло і недвозначно доносити власні знання, висновки та аргументацію з питань фізичної культури і спорту до фахівців і нефахівців, зокрема до осіб, які навчаються.
ПРН 5. Розробляти і викладати спеціалізовані навчальні дисципліни у закладах вищої освіти.
ПРН 6. Відшуковувати необхідну інформацію у науковій літературі, базах даних, інших джерелах, аналізувати та оцінювати цю інформацію.

Структура та зміст освітнього компонента

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 тризмі. 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».
14. Проходження технічного етапу: «підйом та спуск по вертикальних перилах», «навісна переправа через річку».
15. Організація та проходження комбінованих етапу підйому, спуску, траверсу, смуги перешкод.
16. Підготовка до походу вихідного дня.
17. Одноденний похід вихідного дня.

Методи навчання

Для формувань умінь і навичок застосовуються такі методи навчання:

- вербальні/словесні (лекція, пояснення, розповідь, бесіда, інструктаж);
- наочні (спостереження, ілюстрація, демонстрація);
- практичні (різні види вправління, проведення екскурсій, 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.

Форми проведення занять

Заняття проводяться переважно в активних і творчих формах: лекції, активні семінари, лабораторні заняття, ділові ігри.

Порядок оцінювання результатів навчання

Для досягнення мети та цілей курсу студентам потрібно вчасно виконати завдання, які розміщені на платформі MOODLE та здати модульні контролю.

Під час лабораторних занять викладач проводить оцінювання виконання завдань.

За вчасне та якісне виконання завдань, студент отримує такі **обов'язкові** бали:

60 балів за практичні завдання;

20 балів – модуль 1;

20 балів – модуль 2.

Усього 100 балів.

Модульний контроль проходить у формі тестування.

У тесті 20 запитань різної складності: рівень 1 – 20 запитань по 0,45 бали (9 балів), рівень 2 – 9 запитань по 1 балу (9 балів), рівень 3 – 1 запитання по 2 бали (2 бали). Усього – 20 балів.

Лінк на нормативні документи, що регламентують проведення поточного та підсумкового контролів знань студентів, можливість їм подання апеляції:

<https://nuwm.edu.ua/struktumi-pidrozdi/навч-наук-tsentr-nezalezchnoho-otsiniuvannia-znan>

Курсова робота оцінюється від 0 до 100 балів.

Оцінка складається з оцінок відповідності наступним критеріям: 1) відповідність змісту обраній темі; 2) наявність чітко сформульованої проблеми; 3) адекватність формулювання

об'єкта, предмета, мети та завдань дослідження; 4) визначення ступеню розробленості проблеми дослідження; 5) наявність посилань на використану літературу та відповідність оформлення роботи стандарту; 6) відповідність висновків меті та завданням дослідження.

Рекомендована література

Основна література

1. Ахметов Р. Ф. Основи біомеханіки фізичних вправ : навч. посіб. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2016. 184 с.
2. Жданова О., Грибовська І., Данилевич М. Основи проведення рекреаційно-оздоровчих занять : навч. посіб. Дрогобич : Коло, 2010. С. 154 – 211.
3. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І., Безверхня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посіб. Київ : Олімп. літ-ра, 2011. 224 с.
4. Методика проведення фізичної культури в спеціальних медичних групах : навч.-метод. посібник / укл. О. Д. Гауряк., Л. Г. Доцюк. Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2021. 156 с.
5. Мухін В. М. Фізична реабілітація: підручник. 3-тє вид., переробл. та доповн. Київ : Олімп. л-ра, 2009. 488 с. : іл.
6. Пангелова Н. Є., Круцевич Т.Ю., Данилко В. М. Теоретико-методичні основи оздоровчої фізичної культури: навч. посіб. Переяслав-Хмельницький, 2017. 505 с.
7. Петрук Л. А., Федотов В. М. Фізичне виховання студентів спеціальних медичних груп : навч.-метод. посіб. Рівне : НУВГП, 2012. 112 с.
8. Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація»: указ Президента України від 09.02.2016 №42/2016.
9. Степанова І. В., Федоренко Є. О. Організаційно-методичні засади рекреаційно-оздоровчої рухової активності різних груп населення: навч. Посібник. Дніпро : Інновація, 2016. 188 с.

Інформаційні ресурси в Інтернет

Новак В. В. Організація та методична робота спеціальних медичних груп URL: bcsportschool.ucoz.ua/spec-med-grupi.doc (дата звернення 25.08.2022)

ПОЛІТИКА ВИКЛАДАННЯ ТА НАВЧАННЯ

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.

Дедлайни та перескладання

Ліквідація академічної заборгованості здійснюється згідно «Порядок 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.

Оголошення стосовно дедлайнів здачі та перездачі оприлюднюються на сторінці MOODLE <https://exam.nuwm.edu.ua/>

Правила академічної доброчесності

Студенти мають самостійно виконувати та подавати на оцінювання лише результати власних зусиль. Студенти, які порушують «Кодекс честі університету», отримають бали за це завдання, а в разі грубих порушень, курс не буде їм зараховано, студенти будуть направлені на повторне вивчення.

Студенти та викладачі мають дотримуватись:

Положення про запобігання плагіату випускних кваліфікаційних робіт здобувачів вищої освіти зі змінами та доповненнями; Кодексу честі студентів; Кодексу честі наукових, науково-педагогічних і педагогічних працівників НУВГП; Положення про виявлення та запобігання академічного плагіату в НУВГП <https://nuwm.edu.ua/sp/akademichna-dobrochesnistj>

Документи стосовно академічної доброчесності наведені на сторінці ЯКОСТІ ОСВІТИ сайту НУВГП <https://nuwm.edu.ua/sp>

Вимоги до відвідування

Студенту не дозволяється пропускати заняття без поважних причин. Відпрацювати пропущені заняття можна при проведенні занять з іншою групою за тією ж темою або

вивчити пропущений матеріал на платформі MOODLE
<https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=4274>

Лектор
С.

Старіков В.

Автор
Старший викладач

Людмила ПЕТРУК

Затверджено

Проректор з науково-педагогічної та
навчальної роботи

Валерій СОРОКА



документ підписаний КЕП
Номер документа СИЛ №772 від null
Підписувач Сорока Валерій Степанович
Підписувач (дані КЕП): [oSignECP.sSigner_Sert]
Сертифікат 58E2D9E7F900307B04000000807E2D0054327D00