

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА  
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ**

Навчально-науковий інститут охорони здоров'я

08-01-90S

**СИЛАБУС**

*освітнього компонента*

**SYLLABUS**

<b>«Теорія і методика викладання рекреаційного туризму, фізичної рекреації»</b>	<b>Theory and teaching methods of recreational tourism, physical recreation</b>	
Шифр за ОП	ФП 3	Code in Degree Programme
Освітній рівень: магістерський (другий)	Level of education: master's (second)	
Галузь знань: <b>Освіта/Педагогіка</b>	01	Field of Knowledge: <b>Education/Pedagogy</b>
Спеціальність: <b>Фізична культура і спорт</b>	017	Field of Study: <b>Physical cultura and sports</b>
Спеціалізація: <b>Фітнес та рекреація</b>		Specialization: <b>Fitness and recreation</b>
Освітня програма: <b>Фітнес та рекреація</b>	Degree Programme: <b>Fitness and recreation</b>	

РІВНЕ – 2024

Силабус освітнього компонента «Теорія і методика викладання рекреаційного туризму, фізичної рекреації» для здобувачів вищої освіти другого ступеня «магістр», які навчаються за освітньо-професійною програмою «Фітнес та рекреація» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Рівне. НУВГП. 2024. 6 с.

ОПП на сайті університету <https://ep3.nuwm.edu.ua/30634/>

Розробники силабусу:

*e-підпис* Петрук Людмила Анатоліївна, старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання;

*e-підпис* Богдановський Ігор Васильович, старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання, кандидат педагогічних наук.

Силабус схвалений на засіданні кафедри теорії та методики фізичного виховання

Протокол № 1 від «28» серпня 2024 року.

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

Гарант освітньої програми:

*e-підпис* Годлевський Петро Мечиславович, к.фіз.вих., доцент.

Схвалено науково-методичною радою з якості ННІОЗ

Протокол № 1 від «29» серпня 2024 року.

Голова науково-методичної ради з якості ННІОЗ:

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

© Петрук Л.А.,  
Богдановський  
І.В., 2024  
© НУВГП, 2024

<b>ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА</b>	
Теорія і методика викладання рекреаційного туризму, фізичної рекреації	
<b>ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ</b>	
Ступінь вищої освіти	<i>Магістр</i>
Освітня програма	<i>Фітнес та рекреація</i>
Спеціальність	<i>017 Фізична культура і спорт</i>
Рік навчання, семестр	<i>1-й (1 семестр)</i>
Кількість кредитів	<i>3 кредити ЄКТС</i>
Лекції:	<i>6 год</i>
Лабораторні заняття:	<i>24 год</i>
Самостійна робота:	<i>60 год</i>

Форма навчання	денна
Форма підсумкового контролю	залік
Мова викладання	Українська

### ІНФОРМАЦІЯ ПРО РОЗРОБНИКІВ

#### ПРОФАЙЛ ЛЕКТОРА



Вікіситет

ORCID

Як комунікувати

**Петрук Людмила Анатоліївна**

старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання

<http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/>

[Петрук Людмила Анатоліївна](#)

<https://orcid.org/0000-0002-3221-5028>

[l.a.petruk@nuwm.edu.ua](mailto:l.a.petruk@nuwm.edu.ua)

#### ПРОФАЙЛ АСИСТЕНТА



Вікіситет

ORCID

Канали комунікації

**Богдановський Ігор Васильович**

старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання, кандидат педагогічних наук

<https://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/>

[Богдановський Ігор Васильович](#)

<https://orcid.org/0009-0008-7674-4221>

[i.v.bohdanovskiy@nuwm.edu.ua](mailto:i.v.bohdanovskiy@nuwm.edu.ua)

### ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

#### Мета та завдання

Метою даної дисципліни є послідовне формування професійно-педагогічних умінь і навиків: організації та проведенні рекреаційного туризму, фізичної рекреації, екскурсійної роботи, туристських походів, організації та проведення туризму для людей на візках.

Завдання навчальної дисципліни передбачають вивчення методичних основи туристської підготовки, оволодіння організаційно-методичними уміньми до проведення туристських походів та екскурсій, особливості організації активного відпочинку для людей на візках.

## Посилання на розміщення освітнього компонента на навчальній платформі Moodle

<https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=5124>

### Передумови вивчення

Базові знання з теорії та методики фізичного виховання, спортивної діяльності, мотивація до навчальної діяльності, володіння комунікативними навичками та базовими основами наукової діяльності.

### Компетентності

ЗК1. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.  
ЗК2. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.  
ЗК3. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.  
ЗК4. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.  
ЗК6. Здатність розробляти проекти та управляти ними.  
ЗК7. 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 і 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 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.  
СК 14. Здатність організувати та проводити рекреаційний туризм для маломобільних верст населення.

### 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 14. Здатність організувати та проводити рекреаційний туризм для маломобільних верст населення.

### Структура та зміст освітнього компонента

#### ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ

1. Розвиток туристичної діяльності. Засоби фізичної рекреації. Рекреаційно-туристичні ресурси України.
2. Теоретико-методичні основи організації та проведення рекреаційного туризму. Організація туристичної діяльності в закладах базової середньої освіти та закладах вищої освіти.
3. Організація та проведення рекреаційний туризм для маломобільних верст населення та військовослужбовців.

#### ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ РОБІТ

1. Розвиток туристичної діяльності в Україні.
2. Рекреаційний туризм як засіб фізичної рекреації.
3. Класифікація рекреаційно-туристичних ресурсів України.
4. Класифікація видів рекреаційної діяльності.
5. Види та форми туризму.
6. Організація та проведення походу вихідного дня.
7. Мотивація до занять туризмом. Задоволення рекреаційних потреб.
8. Документація та методичні основи проведення рекреаційного туризму.
9. Орієнтування у туристичному поході.
10. Організація руху у туристичному поході.
11. Організація побуту, харчування та охорони здоров'я у туристичному поході.
12. Організаційні особливості проведення рекреаційний туризм для маломобільних верст населення та військовослужбовців.

### 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 вправлення, 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.

### Інструменти, обладнання, програмне забезпечення

Література, тексти з інтернету; схеми та малюнки на екрані та/або на паперових носіях; презентації, інструкції, фото та відео, спортивний інвентар. Сучасне технологічне середовище із використанням початкової платформи Moodle (<https://exam.nuwm.edu.ua/>).

### 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.

#### Поточне оцінювання на лабораторних заняттях

Теми	За якісне оформлення завдання, його представлення /подання/показ/ висвітлення/ демонстрація /виконання	За відповіді на запитання	Всього балів
1. Підготувати відповідь за темою заняття. Охарактеризувати передумов виникнення та розвитку туристичної діяльності.	3	2	5
2. Підготувати відповідь за темою заняття. Охарактеризувати форми рекреаційної діяльності.	3	2	5
3. Підготувати відповідь за темою заняття. Подати класифікацію рекреаційно-туристичних ресурсів України.	3	2	5
4. Підготувати відповідь за темою заняття. Охарактеризувати види рекреаційної діяльності.	3	2	5
5. Підготувати відповідь за темою заняття. Знати види та форми туризму.	3	2	5
6. Підготувати відповідь за темою заняття. Визначити особливості організації та проведення походу вихідного дня.	3	2	5
7. Підготувати відповідь за темою заняття. Визначити основні мотиви до занять туризмом.	3	2	5

8. Підготувати відповідь за темою заняття. Знати основні документи та методичні основи проведення рекреаційного туризму.	3	2	5
9. Підготувати відповідь за темою заняття. Знати правила орієнтування у туристичному поході.	3	2	5
10. Підготувати відповідь за темою заняття. Знати правила організації руху у туристичному поході.	3	2	5
11. Підготувати відповідь за темою заняття. Знати правила організації побуту, харчування у туристичному поході.	3	2	5
12. Підготувати відповідь за темою заняття. Знати організаційні особливості проведення рекреаційного туризму для маломобільних верст населення та військовослужбовців.	3	3	5
<b>Всього за аудиторні заняття</b>			<b>60</b>

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-pidrozdili/navch-nauk-tsentr-nezaleznoho-otsiniuvannia-znan>

### Рекомендована література

#### Основна

1. Андреева О. В. Фізична рекреація різних груп населення : монографія. Київ : ТОВ «НВП Поліграф сервіс», 2014. 280 с.
2. Андреева, О., Дутчак, М., Благій, О. Теоретичні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення. Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2020. С. 59-66
3. Гакман. А. В. Теорія та методика фізичної рекреації : навч. посібник. Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2021. 264 с.
4. Закон України «Про туризм» від 15.09.1995р. № 324/95 – ВР.
5. Круцевич Т. Ю., Безверхня Г. В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення : навч. посіб. Київ : Олімпійська література, 2010. 370с.
6. 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.

#### Допоміжна

7. Ніколенко О. І., Кудрявцев А.І. Теоретико-методологічні аспекти оздоровчо-рекреаційних технологій у фізичній реабілітації. Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини, 2019. С. 67-72.
8. Петрук Л. А. Вплив високогір'я на стан адаптації організму людини / Л. А. Петрук, Н. М. Шевчук, Л. В. Чалій, Ю. Ф. Кособуцький // Науковий часопис Нац. пед ун-ту ім. М.П. Драгоманова. Серія 15 : Наук.-пед. проблеми фіз. культури (фіз. культура і спорт). - К.:Вид-но НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2022. – Вип. 3(148) 22. – С. 94–100. <https://spppc.com.ua/index.php/journal/issue/view/51>
9. Приступа Є. Н., Жданова О. М., Линець М. М. [та ін.]. за наук. ред. Євгена Приступи. Фізична рекреація : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту. Дрогобич : Коло, 2010. 448 с.

### Інформаційні ресурси в Інтернет

1. Всесвітня туристична організація : Офіційний сайт. URL : <http://unwto.org/>
2. Державне агентство України з туризму та курортів. URL : <http://www.tourism.gov.ua/>
3. Про туризм: Закон України / Відомості Верховної Ради України (ВВР)  
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/324/95-%D0%B2%D1%80#Text>

## **ПОЛІТИКА ВИКЛАДАННЯ ТА НАВЧАННЯ**

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

Аналітичні навички, взаємодія з людьми, вміння 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 перекладання**

Ліквідація академічної заборгованості здійснюється згідно «Порядок ліквідації академічних заборгованостей у НУВГП». Згідно цього документу і реалізується право студента на повторне вивчення дисципліни чи повторне навчання на курсі. Оголошення стосовно дедлайнів задач 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

Документи стосовно академічної доброчесності наведені на сторінці ЯКОСТІ ОСВІТИ сайту НУВГП <http://ep3.nuwm.edu.ua/id/eprint/25004>

### **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

Лектор

Петрук Л.А.

Автор  
Старший викладач

Людмила ПЕТРУК

Затверджено

Проректор з науково-педагогічної та  
навчальної роботи

Валерій СОРОКА



документ підписаний КЕП  
Номер документа СИЛ №1178  
Підписувач Сорока Валерій Степанович  
Підписувач (дані КЕП):  
Сертифікат 3FAA9288358EC003040000009B6C3700C8C2C100