

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ**

Навчально-науковий інститут охорони здоров'я

08-01-99 S

СИЛАБУС

освітнього компонента

SYLLABUS

«Оздоровчий туризм та орієнтування»		«Health tourism and orienteering»
Шифр за ОП	BB 4.1	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 culture and sports
Освітня програма: Фізкультурно-спортивна реабілітація		Degree Programme: Physical culture and sports rehabilitation

РІВНЕ – 2024

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. 2024. 6 с.

ОПП на сайті університету <https://ep3.nuwm.edu.ua/30633/>

Розробники силабусу:

e-підпис Старіков Володимир Сергійович, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання;

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

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 Гамма Тетяна Вікторівна, кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання

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.

© Старіков В.С.,
Петрук Л.А.,
2024
© НУВГП, 2024

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>1-й (2 семестр)</i>
Кількість кредитів	<i>4,5 кредити ЄКТС</i>
Лекції:	<i>14 год</i>
Лабораторні заняття:	<i>32 год</i>
Самостійна робота:	<i>89 год</i>

Форма підсумкового контролю	залік
-----------------------------	-------

Мова викладання	Українська
-----------------	------------

ІНФОРМАЦІЯ ПРО РОЗРОБНИКІВ

ПРОФАЙЛ ЛЕКТОРА



Старіков Володимир Сергійович
доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання

Вікіситет

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

ORCID

<https://orcid.org/0000-0002-2514-2908>

Як комунікувати

v.s.starikov@nuwm.edu.ua

ПРОФАЙЛ АСИСТЕНТА



Петрук Людмила Анатоліївна
старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання

Вікіситет

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

ORCID

[Петрук Людмила Анатоліївна](https://orcid.org/0000-0002-3221-5028)
<https://orcid.org/0000-0002-3221-5028>

Канали комунікації

l.a.petruk@nuwm.edu.ua

ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

Мета та завдання

Метою освітнього компонента 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 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.

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 7. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.
 СК 1. Здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень.
 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 6. Відшукувати 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 та розвитку самодіяльного туризму в закладах базової середньої освіти та закладах вищої освіти.
3. Визначення поняття туризм. 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.
6. Правові особливості організації походів та подорожей з учнівською та студентською молоддю. Організація та проведення туристичних походів та подорожей.
7. 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».
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. 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 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, 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.

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. Визначити оздоровчий туризм як засіб фізичного виховання.	2	1	3
2. Підготувати відповідь за темою заняття. Охарактеризувати види та форми туризму.	2	1	3
3. Підготувати відповідь за темою заняття. Висвітлити особливості технікою в'язання основних вузлів.	2	1	3
4. Підготувати відповідь за темою заняття. Володіти навиками в'язання основних вузлів.	2	1	3
5. Підготувати відповідь за темою заняття. Знати екскурсійні об'єкти Рівненщини та України.	2	2	4
6. Підготувати відповідь за темою заняття. Знати основи топографічної підготовки туристів.	2	2	4
7. Підготувати відповідь за темою заняття. Знати топографічні знаки.	2	2	4
8. Підготувати відповідь за темою заняття. Знати що таке місцевість, рельєф та способи зображення рельєфу.	2	2	4
9. Підготувати відповідь за темою заняття. Володіти навиками читання карт, прийомами при роботі з картою, вимірювати відстань по карті.	2	2	4
10. Підготувати відповідь за темою заняття. Знати правила роботи зі спортивною картою та з компасом і картою на місцевості.	2	2	4
11. Підготувати відповідь за темою заняття. Дати визначення, що таке туристичний похід. Підготувати маршрутну документацію, розробити маршрут туристичної подорожі та кошторис фінансових витрат.	2	2	4
12. Підготувати відповідь за темою заняття. Охарактеризувати групове і особисте спорядження. Встановлювати намет та складати наплічник.	2	3	4

13. Підготувати відповідь за темою заняття. Описати та продемонструвати проходження технічного етапу: «переправа по колоді», «траверс схилу», «переправа по мотузці з перилами».	2	2	4
14. Підготувати відповідь за темою заняття. Описати та продемонструвати проходження технічного етапу: «підйом та спуск по вертикальних перилах», «навісна переправа через річку».	2	2	4
15. Підготувати відповідь за темою заняття. Описати та продемонструвати проходження комбінованих етапів: підйому, спуску, траверсу, смуги перешкод.	2	2	4
16. Підготувати відповідь за темою заняття. Знати правила організації одноденного походу вихідного дня.	2	2	4
Всього за аудиторні заняття			60

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:

<http://ep3.nuwm.edu.ua/id/eprint/25889>

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

1. Всесвітня туристична організація : Офіційний сайт. URL : <http://unwto.org/>
2. 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», 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 №1173
Підписувач Сорока Валерій Степанович
Підписувач (дані КЕП):
Сертифікат 3FAA9288358EC00304000009B6C3700C8C2C100

