

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ

Навчально-науковий інститут охорони здоров'я

08-01-125 S

СИЛАБУС

навчальної дисципліни

SYLLABUS

«Оздоровчий туризм та орієнтування»		«Health tourism and orienteering»	
Шифр за ОП	ФП 2	Code in Degree Programme	
Освітній рівень: бакалаврський (перший)		Level of Education: Bachelor (first)	
Галузь знань: Охорона здоров'я	22	Field of Knowledge: Healthcare	
Спеціальність: Терапія та реабілітація	227	Field of study: Therapy and rehabilitation	
Спеціалізація: Фізична терапія	227.1	Specialization: Physical therapy	
Освітня програма: Фізична терапія, ерготерапія		Degree Programme: Physical therapy, occupational therapy	

РІВНЕ – 2024

Силабус навчальної дисципліни «Оздоровчий туризм та орієнтування» для здобувачів вищої освіти першого ступеня «бакалавр», які навчаються за освітньо-професійною програмою «Фізична терапія, ерготерапія» спеціальності 227 «Терапія та реабілітація». Рівне. НУВГП. 2024. 8 с.

ОПП на сайті університету
<https://ep3.nuwm.edu.ua/31760/>

Розробник си́лабусу: Петрук Людмила Анатоліївна, старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання

Си́лабус 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* Нестерчук Наталія Євгенівна, доктор наук, професор,
завідувач кафедри фізичної терапії, ерготерапії.


Схвалено науково-методичною радою з якості ННІОЗ

Протокол № 1 від «29 » серпня 2024 року

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

© Петрук Л.А.,
2024
© НУВГП, 2024

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ	
Ступінь вищої освіти	<i>Бакалавр</i>
Освітня програма	<i>Фізична терапія, ерготерапія</i>
Спеціальність	<i>227 Терапія та реабілітація</i>
Рік навчання, семестр	<i>1-й (1 семестр)</i>
Кількість кредитів	<i>4 кредити ЄКТС</i>
Лекції:	<i>18 год</i>
Практичні заняття:	<i>38 год</i>
Самостійна робота:	<i>64 год</i>
Курсова робота:	<i>ні</i>
Форма навчання	<i>денна/заочна</i>
Форма підсумкового контролю	<i>1 семестр – екзамен</i>
Мова викладання	<i>Українська</i>
ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА	
ПРОФАЙЛ ЛЕКТОРА	

	<p align="center">Петрук Людмила Анатоліївна старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання</p>
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 ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ	
Мета та завдання	
<p>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.</p> <p>Завдання передбачають вивчення основи туристської підготовки, навчання роботи з картою і компасом, оволодіння організаційно-методичними вміннями до проведення туристських походів та екскурсій, участі у туристичних змаганнях.</p>	
Посилання на розміщення освітнього компонента на навчальній платформі Moodle	
https://exam.nuwm.edu.ua/user/index.php?id=2458	
Компетентності	
<p>ЗК 01. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.</p> <p>ЗК 02. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).</p> <p>ЗК 03. Навички міжособистісної взаємодії.</p> <p>ЗК 04. Здатність працювати в команді.</p> <p>ЗК 05. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.</p> <p>ЗК 06. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.</p> <p>ЗК 07. Здатність спілкуватися іноземною мовою.</p> <p>ЗК 10. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.</p> <p>ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>ЗК 14. Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.</p> <p>СК 01. Здатність пояснити пацієнтам, клієнтам, родинам, членам міждисциплінарної команди, іншим медичним працівникам потребу у заходах фізичної терапії, ерготерапії, принципи їх використання і зв'язок з охороною здоров'я.</p> <p>СК 03. Здатність трактувати патологічні процеси та порушення і застосовувати для їх корекції придатні засоби фізичної терапії, ерготерапії.</p> <p>СК 04. Здатність враховувати медичні, психолого-педагогічні, соціальні аспекти у практиці фізичної терапії, ерготерапії.</p> <p>СК 07. Здатність допомогти пацієнту/клієнту зрозуміти власні потреби, обговорювати та пояснювати зміст і необхідність виконання програми фізичної терапії та ерготерапії.</p> <p>СК 12. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.</p> <p>СК 13. Здатність навчати пацієнта/опікунів самообслуговуванню/догляду, профілактиці захворювань, травм, ускладнень та неповносправності, здоровому способу життя.</p> <p>СК 14. Здатність знаходити шляхи постійного покращення якості послуг фізичної терапії та ерготерапії.</p> <p>СК 17. Здатність організовувати та проводити туризм для маломобільних груп населення.</p>	
Програмні результати навчання (ПРН)*	

ПРН 01. Демонструвати готовність до зміцнення та збереження особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та проведення роз'яснювальної роботи серед пацієнтів/клієнтів, членів їх родин, медичних фахівців, а також покращенню довкілля громади.

ПРН 23. Демонструвати вміння організовувати та проводити туризм для маломобільних груп населення.

Структура та зміст освітнього компонента

ЛЕКЦІЙНІ ЗАНЯТТЯ

1. Оздоровчий туризм та його місце в сучасній системі фізичного виховання.
2. Історія розвитку самодіяльного туризму. Види туризму та їх характеристика.
3. Туристично-краєзнавчі можливості Рівненщини та України. Характеристика туристичних ресурсів України.
4. Спортивне орієнтування та основи топографічної підготовки туристів. Карта і план.
5. Рельєф місцевості, зображення його на топографічній карті. Умовні топографічні знаки.
6. Зміст туристичної роботи в школі. Організація та здійснення масових туристичних заходів.
7. Класифікація походів, характеристика ступеневих та категорійних походів. Групове і особисте спорядження.
8. Проведення походів та змагань з техніки пішохідного тризму. Туристичні вузли та їх призначення.
9. Організація та проведення туризму для маломобільних груп населення. Активні форми відпочинку, безпека при організації екскурсій, прогулянок, походів.

ПРАКТИЧНІ РОБОТИ

1. Оздоровчий туризм як засіб фізичного виховання. Історія розвитку туризму.
2. Характеристика видів та форм туризму.
3. Екскурсійні об'єкти Рівненщини та України.
4. Вивчення топографічних знаків. Топографічна карта. Поняття про карту і план.
5. Топографічна підготовка туристів. Місцевість, рельєф, топографічні знаки. Способи зображення рельєфу. Масштаб.
6. Читання карт. Навчання прийомам при роботі з картою. Вимірювання відстаней по карті. Орієнтування з компасом та картою.
7. Робота зі спортивною картою. Складання тактичного плану проходження контрольних пунктів. Вибір шляху руху. Орієнтування карти відносно сторін горизонту. Робота з компасом і картою на місцевості.
8. Форми туристично-краєзнавчої роботи у школі.
9. Туристичний похід. Підготовка маршрутної документації.
10. Розробки маршруту туристичної подорожі та кошторис фінансових витрат.
11. Основні туристичні вузли.
12. Техніка в'язання основних вузлів.
13. Організація та проходження технічного етапу: «переправа по колоді», «траверс схилу».
14. Організація та проходження технічного етапу: «переправа по мотузці з перилами», «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.
18. Організація та проведення туризму для маломобільних груп населення.
19. Особливості організації активного відпочинку для маломобільних груп населення.

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 контролі.

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. Знати екскурсійні об'єкти Рівненщини та України.	2	1	3
4. Підготувати відповідь за темою заняття. Знати топографічні знаки, різницю між картою і планом.	2	1	3
5. Підготувати відповідь за темою заняття. Знати основи топографічної підготовки туристів. Знати що таке місцевість, рельєф.	2	1	3
6. Підготувати відповідь за темою заняття. Володіти навиками читання карт, прийомами при роботі з картою, вимірювати відстань по карті.	2	1	3
7. Підготувати відповідь за темою заняття. Робота з компасом і картою на місцевості.	2	1	3
8. Підготувати відповідь за темою заняття. Знати форми туристично-краєзнавчої роботи у школі.	2	1	3
9. Підготувати відповідь за темою заняття. Дати визначення, що таке туристичний похід. Знати етапи підготовки маршрутної документації.	2	1	3
10. Підготувати відповідь за темою заняття. Підготувати маршрутну документацію, розробити маршрут туристичної подорожі та кошторис фінансових витрат.	2	1	3
11. Підготувати відповідь за темою заняття. Висвітлити особливості технікою в'язання основних вузлів.	2	1	3

12. Підготувати відповідь за темою заняття. Володіти навиками в'язання основних вузлів.	2	1	3
13. Підготувати відповідь за темою заняття. Описати проходження технічного етапу: «переправа по колоді», «траверс схилу».	2	1	3
14. Підготувати відповідь за темою заняття. Описати проходження технічного етапу: «переправа по мотузці з перилами», «підйом та спуск по вертикальних перилах», «навісна переправа через річку».	2	1	3
15. Підготувати відповідь за темою заняття. Описати проходження комбінованих етапу підйому, спуску, траверсу, смуги перешкод.	2	1	3
16. Підготувати відповідь за темою заняття. Розробити маршрут походу вихідного дня.	2	1	3
17. Підготувати відповідь за темою заняття. Знати правила організації одноденного походу вихідного дня.	2	2	4
18. Підготувати відповідь за темою заняття. Визначити особливості організації та проведення туризму для маломобільних груп населення.	2	2	4
19. Підготувати відповідь за темою заняття. Охарактеризувати особливості організації активного відпочинку для маломобільних груп населення.	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. 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
2. Гакман. А. В. Теорія та методика фізичної рекреації : навч. посібник. Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2021. 264 с.
3. Закон України «Про туризм» від 15.09.1995р. № 324/95 – ВР // Відомості Верховної Ради України. 1995. № 31. Ст. 241.
4. Павленко Є. Є., Ільницька Г. С., Павленко В. О. Оздоровчий туризм : навч. посібник для студентів денної форми навчання. Харків. : НФАУ. 2021. 114 с.
5. Степанова І. В., Федоренко Є. О. Організаційно-методичні засади рекреаційно-оздоровчої рухової активності різних груп населення: навч. Посібник. Дніпро : Інновація, 2016. 188 с.

Допоміжна література

6. 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.
7. Петрук Л. А., Шевчук Н. М., Чалій Л. В., Кособуцький Ю. Ф. Вплив високогір'я на стан адаптації організму людини. Науковий часопис Нац. пед ун-ту ім. М.П. Драгоманова. Серія 15 : Наук.-пед. проблеми фіз. культури (фіз. культура і спорт). Київ : Вид-но НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2022. Вип. 3(148) 22. С. 94-100.
8. Петрук Л. А., Підгурська О. П., Пасевич А. М. Зміцнення здоров'я молоді засобами активного відпочинку. Соціально-гуманітарний вісник : зб. наук. праць. Вип. 35. Харків: СГ НТМ «Новий курс», 2020. С. 10-12

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, 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 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-dobrochnosti>

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

Петрук Л.А., старший викладач.

Автор
Старший викладач

Людмила ПЕТРУК

Затверджено

Проректор з науково-педагогічної та
навчальної роботи

Валерій СОРОКА



документ підписаний КЕП
Номер документа СИЛ №1647
Підписувач Сорока Валерій Степанович
Підписувач (дані КЕП):
Сертифікат 3FAA9288358EC003040000009B6C3700C8C2C100