



## СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

### ТУРИЗМ

Рівень вищої освіти	Перший (Бакалаврський)
Освітньо-професійна програма	«Фізкультурно-спортивна реабілітація»
Факультет	Здоров'я, фізична культура і спорт
Кафедра	Фізична культура і спорт
Семестр	2
Кількість кредитів	3
Мова викладання	українська

Викладач	к. н. фіз. вих., Калитка Світлана Володимирівна
Контактна інформація	<a href="mailto:sv-kalitka@ukr.net">sv-kalitka@ukr.net</a>

### ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО ДИСЦИПЛІНУ

Анотація	Робоча програма навчальної дисципліни «Туризм» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня спеціальності 017 Фізична культура і спорт за освітньо-професійною програмою «Фізкультурно-спортивна реабілітація».
----------	---

<p><b>Мета та цілі</b></p>	<p>Вивчення видів спортивного туризму, сучасних тенденцій їх розвитку, регіонів поширення в Україні та світі, оволодіння практичними навиками з організації спортивно-туристичних змагань та спортивних категорійних походів для учасників освітніх навчальних закладів.</p> <p>Основні цілі.</p> <p><i>Знати:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• поняття та класифікацію видів спортивного туризму та активного відпочинку;</li> <li>• особливості організації спортивних походів з різними способами пересування;</li> <li>• правила техніки безпеки при організації різних видів походів;</li> <li>• природні та соціально-економічні історичні та інші особливості регіонів України та можливість організації в них спортивних походів;</li> <li>• географічні закономірності та тенденції розвитку спортивного туризму в світі.</li> </ul> <p><i>Вміти:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• читати географічну карту при організації туристичних маршрутів, складати графіки руху та графіки перепаду висот в спортивних походах;</li> <li>• аналізувати можливості організації спортивних походів на прикладі окремих місцевостей, регіонів України та країн світу;</li> <li>• розробляти спеціалізовані тури та маршрути: гірськопішохідні велотури, спелеоекскурсії та ін.;</li> <li>• організовувати харчування при проведенні спортивних походів;</li> <li>• організовувати заходи техніки безпеки учасників групи та організацію надання медичної допомоги;</li> <li>• володіти технікою проходження дистанцій на змаганнях зі спортивного туризму;</li> <li>• вміти користуватися і навчати учасників групи користуванню певним туристичним інвентарем. перепаду висот в походах;</li> </ul>
<p><b>Результати навчання</b></p>	<p>Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення.</p> <p>Обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту.</p> <p>Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.</p> <p>Обґрунтовувати та реалізовувати вибір фізичних вправ, методів і засобів фізичної культури і спорту для відновлення та компенсації функціональних можливостей організму людини.</p> <p>Розробляти та обґрунтовувати індивідуальні програми фізкультурно-спортивної реабілітації відповідно до стану здоров'я особи з врахуванням вікових, статевих та інших потреб.</p> <p>Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості. Організовувати проведення спортивно-оздоровчих заходів з метою популяризації рухової активності та спорту на регіональному рівні.</p>
<p>Soft skills:</p>	<p>Soft skills (соціально-психологічні аспекти професійної компетентності): Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення</p>

невідкладних станів. Здатність організувати та проводити спортивно-оздоровчі заходи на регіональному рівні.

Пререквізити Базові знання з дисциплін: «Педагогіка», «Психологія», «Вступ до спеціальності», «Історія фізичної культури».

### СТРУКТУРА ДИСЦИПЛІНИ

Тема	План, короткі тези	Завдання	Кількість балів
<b>Змістовий модуль 1. Теоретичні основи туризму. Види туризму</b>			
Тема 1. Теоретичні основи туризму. Організаційно-управлінська структура туризму	Становлення та етапи туризму. Поняття й суть туризму. Основні нормативно-правові акти в галузі туризму. Правовий статус та структура Федерації туризму України. Повноваження Федерації туризму України. Туристські клуби та туристські табори	Анотація лекційного матеріалу. Вивчення основних визначень і термінів.	6
Тема 2. Види туризму. Пішохідний та гірський туризм.	Пішохідний та гірський туризм та особливості їх організації. Організація туристичних зльотів та змагань. Види туристичних змагань в закладах освіти різних рівнів. Технічні етапи на дистанціях змагань з туризму.	Виконання практичних робіт №1-2. Анотація матеріалу.	6
Тема 3. Водний туризм, велосипедний та лижний туризм.	Особливості організації змагань з водного, велосипедного та лижного туризму. Водний похід та особливості його організації. Особливості проведення велопоходів. Перелік класифікованих веломаршрутів України. Перелік класифікованих лижних маршрутів в Україні.	Анотація лекційного матеріалу. Вивчення основних визначень і термінів.	6
Тема 4. Спелеотуризм. Автомобільний та	Печери України та спелеотуризм. Особливості авто та мототуризму.	Анотація лекційного матеріалу.	6

мототуризм та вітрильний туризм.	Вітрильний туризм в Україні, походи та змагання.	Вивчення основних визначень і термінів.	
Тема 5. Топографічна підготовка та орієнтування.	Загальні положення орієнтування на місцевості. Рух за азимутом. Карта та рух по місцевості. Карта та її зміст. Точність карт. Рельєф його перетин та розміри умовних знаків.	Виконання практичних робіт №4-5. Анотація матеріалу.	6

## ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТУРИСТИЧНИХ ПОХОДІВ

Тема 6. Організація проведення багатоденних походів.	Особливості організації походів. Формування груп туристичних походів, розподіл обов'язків. Вибір маршруту. Складання кошторису походу, підготовка похідної документації. Технологічні особливості проведення походу. Правила організації та проведення туристичних походів з учнівською та студентською молоддю.	Виконання практичних робіт №6. Анотація матеріалу.	6
Тема 7. Групове та індивідуальне спорядження для походів різної складності. Організація харчування.	Групове та індивідуальне спорядження походів. Організація харчування під час подорожей та походів. Методика оцінка складності походів.	Виконання практичної роботи №7	6
Тема 8. Охорона здоров'я в туристському поході. Безпека у походах.	Медичні вимоги до учасника туристичного походу. Самоконтроль під час туристського походу. Перша медична допомога в туристському поході. Основні прийоми реанімації. Обов'язки санінструктора в туристському поході. Гігієна туриста. Безпека в туристичних походах.	Анотація матеріалу за темою. Виконання практичної роботи №8	6
Тема 9. Класифікація та нормативні вимоги з туризму.	Класифікація маршрутів туристських походів. Загальні вимоги до учасників змагань і керівників походів. Розрядні норми та вимоги туристських походів. Розрядні норми та вимоги з техніки туризму.	Анотація матеріалу за темою. Виконання практичної роботи №9	6

<p>Тема 10. Застосування туризму у фізкультурно-спортивній реабілітації.</p>	<p>Завдання туризму в відновленні фізичної активності та вплив заняття ним на психоемоційний стан людини. Види туристичної діяльності, які застосовуються при різних нозологіях здоров'я. Розробка індивідуальних планів фізкультурно-спортивної реабілітації враховуючи проблематику здоров'я.</p>	<p>Самостійне складання індивідуального плану ФСР при обраній нозології</p>	<p>6</p>

### **ЛІТЕРАТУРА ТА НАВЧАЛЬНІ МАТЕРІАЛИ**

#### **Основна**

1. Галасюк С. С. Організація туристичних подорожей та екскурсійної діяльності, [текст навч. посіб. / С. С. Галасюк, С. Г. Нездоймінов - К.: «Центр учбової літератури», 2013. - 178 с
2. Ганопольський В. Уроки туризму: посібник для вчителів. – К., 2005.
3. Грабовський Ю.А., Скалій О.В., Скалій Т.В. Спортивний туризм. Навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2008.- 304с.
4. Дехтяр В.Д. Основи оздоровчо-спортивного туризму: навч. посіб. Для закладів освіти. К.: Науковий світ , 2003.- 203 с.
5. Дмитрук О.Ю., Щур Ю.В. Спортивно-оздоровчий туризм: навч. посіб.- 2 вид., перероб. та допов,- К.: «Альтерпрес», 2008. – 280 с.
6. Косенко В.М. Групові багатоденні пішохідні мандрівки. Практичний poradник. – Вид-во Семенко Сергія “Мустанг”, 2002.- 240 с.
7. Правила змагань зі спортивного туризму. Затверджено Міністерством України у справах сім'ї, молоді та спорту від 24.04.2008. Київ, 2008. 148 с.
8. Правила спортивних змагань зі спортивного туризму, затверджені Міністерством молоді та спорту України 15.04.2021 року за номером 11/5.3/21.
9. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фізичного виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. – Л. : ЛДУФК, 2012. – Ч. 1. 150 с

#### **Допоміжна**

1. Гайволя Д.І., Романів А.С. Розвиток екологічного туризму на прикладі Національного парку «Триглав» в Словенії. Стратегія сталого розвитку України: сьогодення та перспективи : матеріали Всеукраїнської інтернет-конференції, присвяченої 75-річчю видатного вітчизняного вченого, доктора сільськогосподарських наук, професора заслуженого діяча науки і техніки України, академіка МАНЕБ Клименка Миколи Олександровича. [Електронне видання]. – Рівне : НУВГП, 2020. – С.169-171
2. Горбенко М.І. Підготовка до вело подорожі 1 категорії складності // Матеріали І Всеукраїнської науково-практичної конференції «Географія та екологія: наука і освіта.» - Умань, 2010, - ст. 42-44.
3. Грабовський Ю.А., Селезньова Т.В. Змагання зі спортивного туризму./Навч.-метод. Рекомендації для студентів факультету фізичного виховання.– Херсон:ХДУ, 2004.-72 с

4. Гуріна І., Романів А. Проблеми страхування високогірних сходжень на ринку страхових послуг України. Географія, економіка і туризм: національний та міжнародний досвід. Матеріали XIV Міжнародної конф. – Львів, 2020. С.300-305
5. Дмитрук О.Ю. Екологічний туризм: навч. посіб. Київ: «Альтерпрес», 2004. 192 с.
6. Дутчак С.В., Дутчак М.В. Деякі аспекти виділення сегментів спеціалізованого туризму та їх стан на території Чернівецької області URL: <http://arr.chnu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/286.pdf>
7. Кифяк В.Ф. Організація туристичної діяльності в Україні : навч. посіб. - Чернівці: Книги XXI, 2003. - 300 с.
8. Любіцева О.О. Методика розробки турів : навч. посіб. - К.: Альтерпрес, 2003. - 104 с
9. Мальська М.П., Антонюк Н.В., Ганич Н.М. Міжнародний туризм і сфера послуг підручник. - К. : Знання, 2008 р. - 661 с
10. Мельниченко С.В. Інформаційні технології в туризмі: теорія, методологія, практика монографія / С.В. Мельниченко. - К.: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2008. - 494 с.
11. Михайличенко Г.І. Практика організації туристичних подорожей. /Г.І. Михайличенко Київ, 2003
12. На допомогу підприємцеві туристичної галузі : методичний посібник. Частина 1, 2. -К. Ін-т туризму ФПУ, 2005 р.
13. Парчевський І.М., Романів А.С. Пішохідні туристські маршрути Приполярного Уралу: пізнавальний та кваліфікаційний потенціал. Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки. Географічні науки. - № 9. – 2011. – с. 154-162.
14. Писаревський І.М., Погасій С.О., Андренко І.Б., Поколюдна М.М., Сегеда І.В. Організація туризму. Харків: ХНАМГ, 2008. 541 с.
15. Положення про систему підготовки кадрів спортивного туризму (Пост. Виконкому ФСТУ 11.03.02р.), Інформаційно-методичний збірник “Спортивний туризм”№3, 2002р.
16. Положення про суддів зі спорту (Наказ Держкоммолодьспорттуризму України №100 від 30.06.2000р.).
17. Правила проведення туристських подорожей з учнівською і студентською молоддю України. Наказ Міністерства України № 96 від 06.04.1999р.
18. Правове регулювання туристичної діяльності в Україні / під ред. В.К. Федорченко. - К. Х-Інтер, 2002 р. - 635 с
19. Про класифікацію маршрутів туристських спортивних походів (Постанова Президиуму ФСТУ 08.12.01р.), Інформаційно-методичний збірник “Спортивний туризм” №2, 2002р.
20. Романенко О.В. Туризм та спортивне орієнтування: навчально-методичні рекомендації.- Київ: КУТЕП, 2003.- 74 с.
21. Романів А.С. Комбіновані туристичні подорожі Європою на власному автотранспорті як різновид бекпекінгу. Географія та туризм: науково-практичний збірник. Випуск 54. Київ, 2019. – С. 10-17
22. Романів А.С. Підкорення Монблану. Географія та економіка в рідній школі. Науковий методичний журнал №12 (202) Грудень 2018. С.42-45
23. Романів А.С., Миронець Н.Р., Герасимчук Ж.М. Страхування активних та екстремальних видів туризму в Україні: сучасний стан і перспективи. Соціально-економічні проблеми сучасного періоду України. збірник наукових праць 2021 Випуск 1 (147). С. 45-52
24. Романів А.С., Романів О.Я. Територіальні аспекти розвитку спортивного туризму в Україні. Ученые записки Таврического университета имени В.И. Вернадского. Серия География – 2011. – Т.24 (63). № 2. Частина 2. – С. 252-256.
25. Серб Т.Б. Навісні переправи у спортивному туризмі. Навчальний посібник. Тернопіль, 2001.
26. Серб Т.Б. Ситуаційні задачі як метод навчання та контролю знань у гуртках спортивного туризму. Навчальний посібник. Тернопіль, 2001.
27. Серб Т.Б. Техніка безпеки змагань зі спортивного туризму: методичні рекомендації. Тернопіль, 2003.- 16 с.

28. Ситник С.І., Грушко В.С., Цимбал Н.М, та ін. Невідкладна допомога (ситуаційні задачі) Метод. Рек. Для студ. Педвузів і вищих закладів, шкіл. Тернопіль 1999.
29. Сокол Т.Г. Основи туристичної діяльності: підручник. - К. : Грамота, 2006. - 264 с
30. Соколов В.А., Штангей Ю.В., Петрова І.В. Спортивний туризм на сучасному етапі. Матер. МНПК "Туризм у XXI столітті: глобальні тенденції і регіональні особливості", Київ, 2002.
31. Статут Федерації спортивного туризму України (zareєстрован Мінюстом України 08.02.2001р., свідоцтво №1572).
32. Ткаченко Т.І. Сталий розвиток туризму: теорія, методологія, реалії бізнесу : монографія / Т.І. Ткаченко. - К. : Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2006. - 537 с
33. Чорненька Н.В. Організація туристичної індустрії: навчальний посібник. - К. : Атіка, 2006. - 254 с.

#### **Інформаційні ресурси**

1. Безкоштовний картографічний сервіс від компанії Google. URL: <https://www.google.com.ua/maps>
2. Офіційний сайт туристичного клубу КПІ «Глобус». URL: <https://www.tkg.org.ua/>
3. Офіційний сайт Федерації спортивного туризму України URL: <https://www.fstu.com.ua/>
4. Сайт Карпати інфо. URL: <https://www.karpaty.info/ua/>
5. Сайт Рівненщина туристична. URL: <https://rivne.travel/>

### **ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ**

<b>Загальна політика</b>	Здобувач освіти зобов'язаний відвідувати всі заняття згідно розкладу, не спізнюватися. Дотримуватися етики поведінки. Працювати з навчальною літературою, з літературою на електронних носіях і в Інтернеті. При пропуску лекційних занять проводиться усна співбесіда за темою. Відпрацьовувати практичні заняття. Виконати індивідуальне завдання.
<b>Політика щодо дедлайнів та перескладання</b>	Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку.
<b>Політика щодо академічної доброчесності</b>	Під час виконання завдань вимагається дотримання правил академічної доброчесності. Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час он-лайн тестування.



## ОЦІНЮВАННЯ

### Нарахування балів

Види оцінювання	Бали
Змістовий модуль 1 (теми 1-5)	30
Змістовий модуль 2 (теми 6-10)	30
Підсумковий контроль (теми 1-10) – залік	40

### Розподіл балів для оцінювання успішності студентів

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	зараховано
82-89	B	зараховано
74-81	C	зараховано
64-73	D	зараховано
60-63	E	зараховано
35-59	FX	незараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни