

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
«ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА»**



**Факультет фізичного виховання і спорту**

Кафедра теорії та методики фізичної культури

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Теорія та методика туризму і спортивного орієнтування**

Освітня програма «Середня освіта (Фізична культура)»

Спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура)

Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Затверджено на засіданні кафедри теорії  
та методики фізичної культури  
Протокол № 1 від “31” серпня 2021 р.

м. Івано-Франківськ – 2021

## ЗМІСТ

1. Загальна інформація
2. Опис дисципліни
3. Структура курсу
4. Система оцінювання курсу
5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу
6. Ресурсне забезпечення
7. Контактна інформація
8. Політика навчальної дисципліни

## 1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Теорія та методика туризму і спортивного орієнтування
Освітня програма	Середня освіта (Фізична культура)
Спеціалізація (за наявності)	
Спеціальність	014 Середня освіта (Фізична культура)
Галузь знань	01 Освіта / Педагогіка
Освітній рівень	Перший (бакалаврський) рівень
Статус дисципліни	Вибіркова
Курс / семестр	4/7
Розподіл за видами занять та годинами навчання (якщо передбачені інші види, додати)	Лекції – 30 год. Семінарські заняття – 30 год. Самостійна робота – 120 год.
Мова викладання	українська
Посилання на сайт дистанційного навчання	<a href="http://www.d-learn.pnu.edu.ua">www.d-learn.pnu.edu.ua</a>

## 2. Опис дисципліни

### Мета та цілі дисципліни

#### *Мета курсу:*

Оволодіння комплексом теоретичних знань, практичних навичок щодо розробки, організації, підготовки та проведення спортивного походу з особами шкільного віку різного рівня фізичної підготовки в різних регіонах країни.

#### *Цілі курсу:*

- формування фахової компетентності в галузі спортивного туризму;
- вивчення теоретичних основ краєзнавчої діяльності та спортивного орієнтування;
- засвоєння теоретичних основ організації і проведення туристичних походів;
- уміння застосовувати набуті теоретичні знання на практиці.

### Компетентності

**ІК.** Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в сфері освіти (фізична культура), що передбачає застосування теорій, технологій та методів відповідних наук та педагогіки, фізичного виховання і спорту, фізіології, біомеханіки, морфології і характеризується комплексністю та невизначеністю педагогічних умов організації освітнього процесу в закладах освіти, а також у сфері туризму

**ЗК-1.** Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.

**ЗК-4.** Здатність до організаційної роботи, взаємодії в колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом;

**ЗК-9.** Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

**ЗК-12.** Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.

**ФК-1.** Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-

- гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури, відповідно до вимог стандарту середньої освіти.
- ФК-2.** Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні.
- ФК-9.** Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей
- ФК-11.** Здатність самостійно проводити заняття в шкільній секції спортивного напрямку, оздоровчих гуртках, здійснювати профілактику травматизму
- ФК-16.** Здатність до організаційної роботи у сфері спортивно-оздоровчої роботи у навчальних закладах, позашкільних закладах учнівської молоді (зі спортивного туризму й орієнтування), літніх дитячих оздоровчих таборів
- ФК-18.** Здійснювати пропаганду фізичної культури, спорту, туризму, здорового способу життя, у тому числі, з використанням сучасних інформаційних технологій.
- ФК-19.** Здатність до безперервного професійного розвитку.

### Програмні результати навчання

- ПРН-3.** Знати вимоги до оформлення документації та основні закономірності побудови документів для здійснення навчального процесу з фізичної культури
- ПРН-4.** Знати правила профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги.
- ПРН-9.** Розуміти основи загальної теорії і методики фізичного виховання; особливостей організації та проведення різних форм занять фізичними вправами з урахуванням освітніх та виховних завдань; принципів та особливостей розробки програм занять фізичною культурою. Знає, як застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури.
- ПРН-14.** Володіти руховими навичками в базових видах спорту на рівні масових розрядів; володіти теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності; вдосконалювати руховий арсенал шляхом формування рухових умінь і навичок в інших видах рухової активності.
- ПРН-16.** Вміти складати планувальну і звітну документацію, організувати та проводити масові спортивно-оздоровчі заходи та спортивні змагання.
- ПРН-20.** Здійснювати організацію діяльності населення з використанням різних видів та форм рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя, зокрема, зі спортивного туризму й орієнтування.
- ПРН-22.** Вміти планувати фізичне навантаження відповідно до вікових, статевих, морфофункціональних та психологічних особливостей людини і рівня її підготовленості.
- ПРН-27.** Організувати співпрацю учнів і вихованців та ефективно працює в команді (педагогічному колективі освітнього закладу, інших професійних об'єднаннях).
- ПРН-30.** Аргументувати управлінські рішення для вирішення проблем, які виникають в роботі суб'єктів фізичної культури і спорту; мати навички лідерства.

### 3. Структура дисципліни

№	Тема	Результати навчання	Завдання
1	<b>Модуль 1.</b> <i>Туризм в системі фізичного виховання і спорту, організація проведення туристичних подорожей</i> Соціальна сутність шкільного туризму.	<b>знати:</b> Туризм як суспільне явище. Історія розвитку світового туризму. Історія туризму на Україні. Історія туризму в Галичині. Функції туризму в шкільному вихованні. Традиції розвитку туристично-спортивного руху на Прикарпатті.  <b>вміти:</b> Вміти розробляти документацію для проведення туристичних заходів.	1. Ознайомитися зі студентським путівником <a href="https://pnu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/09/%D0%A1%D1%82%D1%83%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D1%82%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D0%BF%D1%83%D1%82%D1%96%D0%B2%D0%BD%D0%B8%D0%BA_2021-22-2021-2.pdf">https://pnu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/09/%D0%A1%D1%82%D1%83%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D1%82%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D0%BF%D1%83%D1%82%D1%96%D0%B2%D0%BD%D0%B8%D0%BA_2021-22-2021-2.pdf</a>

			<p>2. Розкрити зміст понять наукознавства (термінологічний словник)</p> <p>3. Підготувати доповіді із запропонованих тем</p> <p>4. Пройти тестові завдання</p> <p><i>Посилання на завдання:</i>  <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem1_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem1_ND.pdf</a></p>
2	Організаційно-правові основи функціонування активного туризму в Україні та закордоном.	<p><b>знати:</b> Хартія туризму. Кодекс туриста. Міждержавні стандарти з туризму. Положення «Про пошуково-рятувну службу». Правила проведення змагань з туристських спортивних походів. Класифікація туристських спортивних маршрутів. Ознайомлення з інструкціями Міністерства освіти і науки України щодо питання організації і проведення різних типів туристичних заходів, основні положення. Постанова колегії Міністрів України у справах молоді і спорту та Президії Туристсько-спортивної Спілки України №23 від 19 жовтня 1993 року "Про дальший розвиток масового оздоровчого та спортивного туризму на Україні". Наказ Міністерства України у справах молоді і спорту №1104 від 9 квітня 1993 року "Про єдину спортивну класифікацію України на 1993- 96 рр.". "Закон України про туризм" №324 від 15 вересня 1995 року. Положення про Всеукраїнську туристично-краєзнавчу експедицію "Краса і біль України." Наказ міністра освіти України №96 від 6.04.1999р.</p> <p><b>вміти:</b> робити доповіді за результатами наукових досліджень, реферативно викладати необхідний матеріал; працювати з методичними роботами; працювати з літературними джерелами, складати картотеки.</p>	<p>1. Ознайомитися зі студентським путівником С.12–15.</p> <p>2. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник)</p> <p>3. Підготувати конспект Положення про науково-дослідну роботу студентів.</p> <p>4. Аналіз чинних програм з фізичної культури у початковій, основній і старшій школах.</p> <p>5. Пройти тестові завдання</p> <p><i>Посилання на завдання:</i>  <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem2_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem2_ND.pdf</a></p>
3	Зміст і форми туристично-краєзнавчої роботи в школі.	<p><b>знати:</b> Зміст і форми туристично-краєзнавчої роботи в школі.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Туристичні прогулянки.</li> <li>– Екскурсії.</li> <li>– Експедиції.</li> </ul>	<p>1. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник)</p> <p>2. Підготувати доповіді із запропонованих тем</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Туристичні походи.</li> <li>- Спортивні туристичні походи.</li> </ul> <p>Діяльність туристично-краєзнавчих гуртків.  Види гуртків. Програми. Секції. Клуб. Товариство.  Організація II етапу Всеукраїнської туристично-краєзнавчої експедиції "Краса і біль України".  Напрямки експедиції.  Шкільний туристичний табір. Організація та робота табору.  Туристичні зльоти і змагання. Положення.</p> <p><b>вміти:</b> проводити бесіди, інтерв'ю, складати анкети, визначати об'єкт, мету, прийоми спортивно-педагогічних спостережень; використовувати та обробляти результати психодіагностичних методик; підбирати тести рухової активності у дослідженнях з фізичної культури для різних груп населення.</p>	<p>3. Пройти тестові завдання  4. Практична робота</p> <p><i>Посилання на завдання:</i>  <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf</a>    <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a>    5. Творчо-пізнавальні завдання  <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p>
4	Педагогічні та психологічні аспекти дитячо-юнацького туризму	<p><b>знати:</b> основні поняття наукознавства, загальні закони, логіку та методи наукового пізнання, структуру методологічного пізнання, зміст рівнів методології, основні напрями наукових досліджень у ФК і спорті, види джерел інформації</p> <p><b>вміти:</b> застосовувати основні закони та методи пізнання в області фізичної культури</p>	<p>6. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник)  7. Підготувати доповіді із запропонованих тем  8. Пройти тестові завдання  9. Практична робота</p> <p><i>Посилання на завдання:</i>  <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf</a>    <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a>    10. Творчо-пізнавальні завдання  <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p>
5	Умовні знаки топографічних карт. Генералізація карт.	<p><b>знати:</b> умовні знаки, обов'язкові для всіх організацій, що виготовляють топографічні карти.  <b>вміти:</b> розрізняти умовні позначення, які використовуються в спортивному орієнтуванні.</p>	<p>11. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник)  12. Підготувати доповіді із запропонованих тем  13. Пройти тестові завдання</p>

			<p>14. Практична робота</p> <p><i>Посилання на завдання:</i>  <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf</a></p> <p><a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p> <p>15. Творчо-пізнавальні завдання  <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p>
6	<p>Основи топографічної підготовки та спортивного орієнтування, як невід'ємної складової спортивного туризму.</p>	<p><b>знати:</b> Загальні положення орієнтування на місцевості.  Рух за азимутом.  Карта та рух по місцевості.  Спортивне орієнтування і карта.</p> <p><b>вміти:</b> користуватися картою, компасом, визначати відстані між об'єктами.</p>	<p>16. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник)</p> <p>17. Підготувати доповіді із запропонованих тем</p> <p>18. Пройти тестові завдання</p> <p>19. Практична робота</p> <p><i>Посилання на завдання:</i>  <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf</a></p> <p><a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p> <p>20. Творчо-пізнавальні завдання  <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p>
7	<p>Спеціальне спорядження та вузли для спортивного туризму.</p>	<p><b>знати:</b> Специфіка туристичного спорядження  Особливості та основні вимоги до спорядження з різних видів туризму.  Підготовка спорядження до турпоходу.  Догляд за спорядженням та його ремонт.  Склад ремонтної аптечки.  Аналіз принципів помилок у використанні</p>	<p>21. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник)</p> <p>22. Підготувати доповіді із запропонованих тем</p> <p>23. Пройти тестові завдання</p> <p>24. Практична робота</p>

		<p>спорядження. Туристичні вузли.</p> <p><b>вміти:</b> використовувати спеціальне спорядження за його призначенням; використовувати туристичні вузли за призначенням.</p>	<p><i>Посилання на завдання:</i> <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf</a></p> <p><a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p> <p>25. Творчо-пізнавальні завдання <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p>
8	Туристичний побут	<p><b>знати:</b> Бівуак та види бівуачних робіт. Встановлення намету. Організація харчування в поході. Режим харчування. Вогнища та кострища. Типи вогнищ та їх призначення. Охорона природи та техніка безпеки на місцях привалів. Природоохоронний кодекс туриста. Порядок відвідування заповідників, заказників та національних парків. Форми участі туристів в охороні природи.</p> <p><b>вміти:</b> розкладати багаття; розставляти намети; складати меню на туристичний похід.</p>	<p>26. Розкрити зміст поняття теми (термінологічний словник) 27. Підготувати доповіді із запропонованих тем 28. Пройти тестові завдання 29. Практична робота</p> <p><i>Посилання на завдання:</i> <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf</a></p> <p><a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p> <p>30. Творчо-пізнавальні завдання <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p>
9	Підготовка та проведення туристичних походів.	<p><b>знати:</b> Підбір групи. Вибір маршруту. Спорядження. Розподіл обов'язків. Документація. Звіт про похід.</p>	<p>31. Розкрити зміст поняття теми (термінологічний словник) 32. Підготувати доповіді із запропонованих тем 33. Пройти тестові завдання 34. Практична робота</p>



		<p><b>вміти:</b> заповнювати основну документацію для проведення туристичних походів; підбирати спорядження відповідно до виду спортивного туризму.</p>	<p><i>Посилання на завдання:</i>  <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf</a></p> <p><a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p> <p>35. Творчо-пізнавальні завдання  <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p>
10	Особливості пішохідного туризму.	<p><b>знати:</b> Тактика і техніка пішохідного туризму. Техніка пересування та подолання природних перешкод в туристичному поході. Особливості техніки руху по різноманітному рельєфу. Тактика перенесення великої кількості вантажу. Особливості проведення гірського, водного, лижного та інших видів туризму. Прийоми страхівки і пересування в горах. Специфіка проведення водних походів. Дії туристів в складних метеорологічних умовах та аварійних ситуаціях.</p> <p><b>вміти:</b> використовувати прийоми страхування, самострахування в спортивному туризмі; організувати рух групи в спортивному туризмі; долати природні перешкоди різної складності в різних видах спортивного туризму.</p>	<p>36. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник)  37. Підготувати доповіді із запропонованих тем  38. Пройти тестові завдання  39. Практична робота</p> <p><i>Посилання на завдання:</i>  <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf</a></p> <p><a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p> <p>40. Творчо-пізнавальні завдання  <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p>
11	Основні вимоги до проведення подорожей з різноманітних видів туризму.	<p><b>знати:</b> Особливості техніки руху. Способи подолання природних перешкод. Основні небезпеки та забезпечення техніки безпеки. Попередження травматизму. Самоконтроль туриста. Адаптація туриста до висотної гіпоксії. Організм туриста в умовах різних температур. Турист в умовах порушення циркадних ритмів.</p>	<p>41. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник)  42. Підготувати доповіді із запропонованих тем  43. Пройти тестові завдання  44. Практична робота</p> <p><i>Посилання на завдання:</i></p>

		<p>Особиста гігієна туриста.</p> <p><b>вміти:</b> організувати рух групи в спортивному туризмі; долати природні перешкоди різної складності в різних видах спортивного туризму</p>	<p><a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf</a></p> <p><a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p> <p>45. Творчо-пізнавальні завдання</p> <p><a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p>
12	Організація туристичних змагань серед школярів.	<p><b>знати:</b> Загальні положення щодо проведення змагань зі спортивного туризму. Спеціальні завдання туристичних змагань. Організація безпеки учасників змагань. Склад суддівської колегії. Визначення результатів.</p> <p><b>вміти:</b> організувати туристичні змагання з різних видів спортивного туризму; облаштовувати дистанції змагань.</p>	<p>46. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник)</p> <p>47. Підготувати доповіді із запропонованих тем</p> <p>48. Пройти тестові завдання</p> <p>49. Практична робота</p> <p><i>Посилання на завдання:</i></p> <p><a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf</a></p> <p><a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p> <p>50. Творчо-пізнавальні завдання</p> <p><a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p>
13	<i>Модуль 2. Техніка безпеки в туристичних походах</i> Забезпечення техніки безпеки в поході.	<p><b>знати:</b> Суб'єктивні, об'єктивні фактори небезпеки в поході та виникнення аварійних ситуацій. Небезпеки зумовлені природними і кліматичними умовами. Організація і проведення рятувальних робіт у туристичній подорожі. Пошуково-рятувальні роботи. Транспортування потерпілих. Взаємостраховка під час подолання природних</p>	<p>51. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник)</p> <p>52. Підготувати доповіді із запропонованих тем</p> <p>53. Пройти тестові завдання</p> <p>54. Практична робота</p> <p><i>Посилання на завдання:</i></p> <p><a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf</a></p>

		<p>перешкод. Техніка безпеки під час купання.</p> <p><b>вміти:</b> застосовувати прийоми всіх видів страхування в походах та здійснення рятувальних робіт при наданні допомоги умовно потерпілому.</p>	<p><a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf">learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf</a></p> <p><a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p> <p>55. Творчо-пізнавальні завдання <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p>
14	Перша медична допомога в туристичних походах	<p><b>знати:</b> Перша долікарська допомога при травмах та захворюваннях. Надання першої долікарської допомоги в туристичній подорожі. Правила санітарії та гігієни. Симптоми, ознаки та причини захворювання. Профілактика травм та перша долікарська допомога.</p> <p><b>вміти:</b> формувати аптечку для туристичного походу; надавати першу домедичну допомогу в похідних умовах.</p>	<p>56. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник)</p> <p>57. Підготувати доповіді із запропонованих тем</p> <p>58. Пройти тестові завдання</p> <p>59. Практична робота</p> <p><i>Посилання на завдання:</i> <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf</a></p> <p><a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p> <p>60. Творчо-пізнавальні завдання <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a></p>
15	Безпека під час проведення туристичних подорожей	<p><b>знати:</b> Особливості техніки руху. Способи подолання природних перешкод. Основні небезпеки та забезпечення техніки безпеки. Попередження травматизму. Самоконтроль туриста. Адаптація туриста до висотної гіпоксії. Організм туриста в умовах різних температур. Особиста гігієна туриста.</p> <p><b>вміти:</b> використовувати прийоми для</p>	<p>61. Розкрити зміст понять теми (термінологічний словник)</p> <p>62. Підготувати доповіді із запропонованих тем</p> <p>63. Пройти тестові завдання</p> <p>64. Практична робота</p> <p><i>Посилання на завдання:</i> <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Sem3_ND.pdf</a></p>

		попередження травматизму під час проведення туристичних подорожей	<a href="https://import/Sem3_ND.pdf">4/import/Sem3_ND.pdf</a> <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a> 65. Творчо-пізнавальні завдання <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf">https://d-learn.pnu.edu.ua/data/users/8384/import/Seminar%204_ND.pdf</a>
--	--	---	--

#### 4. Система оцінювання курсу

Накопичування балів під час вивчення дисципліни	
Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів
Практичне (семінарське) заняття	35
Додатковий результат	5
Самостійна робота	10
Екзамен	50
Максимальна кількість балів	100

#### 5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу

Поточне тестування та самостійна робота																	Підсумковий тест (екзамен)	Сума
C1	C2	C3	C4	C5	C6	C7	C8	C9	C10	C11	C12	C13	C14	C15	CP	ДР	100	100
РП	РП	РП	РП	РП	РП	РП	РП	РП	РП	РП	РП	РП	РП	КР				
100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	0,50	
0,35															0,10	0,05		

C1, T2 ... C15 – навчальні заняття

РП – робота на парах

КР – контрольна робота

CP – самостійна робота

ДР – додатковий результат

- Оцінювання відповідей студентів на практичних і семінарських заняттях відбувається за 100 бальною шкалою.

- По завершенні теоретичного навчання середнє арифметичне усіх отриманих оцінок у 100-бальній шкалі множиться на ваговий коефіцієнт 0,35, відповідно – максимальний бал за усі отриманні заняття у підсумку може скласти 35 балів.
- Оцінювання за екзамен відбувається у 100-бальній шкалі, отримана оцінка сходиться на ваговий коефіцієнт 0,5.
- Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни складається із математичної суми балів за роботу на парах (максимально – 35 балів), отриманих балів за самостійну роботу (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,10, відповідно максимальний бал за самостійну роботу може скласти 15 балів), отриманих балів за додатковий результат (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,05, відповідно максимальний бал за додаткову роботу може скласти 5 балів) і оцінки, отриманої за екзамен (максимальний бал – 50 балів), що в сумі максимально може скласти 100 балів.
- При виставленні балів за модульний контроль оцінюються: рівень теоретичних знань та практичні навички з тем, включених до змістових модулів, самостійне опрацювання тем, проведення розрахунків, лабораторних робіт, написання рефератів, опрацювання завдань робочих зошитів, підготовка конспектів навчальних чи наукових текстів, тощо.
- Якщо студент не складав змістовий модуль з поважних причин, які підтверджені документально, то він має право на його складання з дозволу зав. кафедри (за заявою).
- Допуск до іспиту становить мінімум 25 балів, максимум 50 балів; бал
- Оцінка за іспит формується із суми відповідей студентів на 4 основні запитання (по 10 балів за кожне запитання) та 2 додаткові (по 5 балів за кожне запитання), або, за вимогою – на основі результатів тестування (максимальна оцінка за тести – 50 балів)

Критерії оцінювання за 100-бальною шкалою:

- *90-100 балів* – Студент вільно володіє навчальним матеріалом; висловлює свої думки; творчо виконує індивідуальні та колективні завдання; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань; вільно використовує нові інформаційні технології для поповнення власних знань; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; виконує завдання, не передбачені навчальною програмою; вільно використовує знання для розв'язання поставлених перед ним завдань.
- *70-89 балів* – Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає незначні граматичні помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдань.
- *50-69 балів* – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово, фрагментарно; на рівні запам'ятовування відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв'язків; знайомий з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві граматичні помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує частину завдань за допомогою викладача.
- *Менше 50 балів* – У студента не сформовані комунікативні уміння та навички; студент допускає велику кількість граматичних помилок, що ускладнює розуміння; студент не володіє навчальним матеріалом; виконує лише елементарні завдання, потребує постійної допомоги викладача.

## 6. Ресурсне забезпечення

Матеріально-технічне забезпечення	Мультимедіа (відеофайли, рисунки, схеми).
Література	
<b>Основна</b>	
1. Грабовський Ю. А., Скалій О. В., Т. В. Скалій. Спортивний туризм : навчальний посібник. URL : <a href="http://tourlib.net/books_ukr/grabovsky.htm">http://tourlib.net/books_ukr/grabovsky.htm</a>	
2. Кляп М. П., Шандор Ф. Ф. Сучасні різновиди туризму: навчальний посібник. Київ : Знання, 2011. 334 с.	
3. Луцький Я., Луцький В. Основи шкільного туризму. Івано-Франківськ : Місто НВ, 2008. 138 с.	
4. Мальська М.П., Ховалко А.Б. Екстремальні види туризму: Навчально-методичні вказівки. Львів: Видавничий центр Львівського національного університету ім. Івана Франка, 2016. 51 с.	
5. Мозолев О. М. Організація молодіжного спортивно-оздоровчого туризму: навчальний посібник. Хмельницький: Вид-во: ХГПА, 2020. 155 с.	
6. Паньків Н. М. Туристичне ресурсознавство. Львів: Український бестселер, 2011. 238 с.	
7. Філіпов З. І. Спортивний туризм. Організація і методика спортивно-туристичної роботи : навч. посіб. Дрогобич : Коло, 2010. 344 с.	
<b>Додаткова</b>	
1. Абрамов В. В. Спортивний туризм: підруч. Харк. Нац. акад. міськ. госп-ва. Х.:ХНАМГ, 2011. 367 с.	
2. Грабовський Ю.А., Скалій О.В, Скалій Т.В. Спортивний туризм. Навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2008. 304 с.	
3. Грабовський Ю.А.Скалій., О.В., Скалій Т.В.Туризм як явище громадського життя: Навч. посібник. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2009. 304 с. Режим доступу: <a href="http://www.twirpx.com/file/453464/">http://www.twirpx.com/file/453464/</a>	
4. Данелюк А.К. Організація і проведення туристичних змагань з техніки пішогохідного туризму: Методичні вказівки. Чернівці: Рута, 2000. 22 с.	
5. Данелюк А.К., Стратійчук Н.А. Гігієна туристичних походів і навчально-тренувальних занять : Методичні рекомендації. Чернівці: Рута, 2003. 55 с.	
6. Кляп М.П., Шандор Ф. Ф. Сучасні різновиди туризму: навч. посіб. К.: Знання, 2011. 334 с.	
7. Колотуха О.В. Дитячо-юнацький туризм в Україні. Кіровоград: РВЦ КДПУ ім. В.Винниченка, 2001. 42 с.	
8. Колотуха О.В. Ресурсний потенціал дитячо-юнацького туризму в Україні. К.: Український державний центр туризму і краєзнавства учнівської молоді, 2005. 116 с.	
9. Колотуха О.В. Спортивні рекреаційно-туристські ресурси України. К.: Федерація спортивного туризму України, 2006. 208 с.	
10. Колотуха О.В., Щербатюк Н.І. Організація краєзнавчо-туристської діяльності: Навчальний посібник. Кіровоград: ПП «Центр оперативної поліграфії «Авангард», 2012. 186 с.	
11. Луцький Я.В. Туризм для всіх. Івано-Франківськ: ЛІК, 1996. 142 с.	
12. Луцький Я.В., Косило М. Ю. Туристично-краєзнавча робота в школі. Івано-Франківськ: ЛІК, 1994. 80 с.	
13. Любіцева О., Панкова Є., Стафійчук В. Туристичні ресурси України: навч. посібник. К.: Альтерпрес, 2007. 369 с.	
14. Романенко О.В. Туризм та спортивне орієнтування: Навчально-методичні рекомендації. Київ: КУТЕП, 2003. 74 с.	
15. Спортивний туризм. Організація і методика спортивно-туристичної роботи: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фізкультур. профілю / Зенон Філіпов ; за заг. ред. проф. Миколи Лук'янченка. Дрогобич: Коло, 2010. 344 с.	
16. Філіпов З.І. Спортивний туризм. Організація і методика спортивно-туристичної роботи: навчальний посібник. Дрогобич: Коло, 2010. 344 с.	
17. Явкін В.Г., Руденко В.П., Король О.Д. та ін. Розвиток екстремальних різновидів спортивно-	

оздоровчого туризму: Підручник [Електронний ресурс]. Чернівці: Рута, 2006. 260 с. Режим доступу: <http://buklib.net/books/32497/>

18. Туристські вузли / Скл. Скрипченко І.Т. Дніпропетровськ: ТОВ “Вета”, 2008. 20 с.

#### Нормативні документи

1. Закон України „Про вищу освіту” від 01.07.2014 р.[Електронний ресурс] / Режим доступу: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>.
2. Закон України Про аварійно-рятувальні служби від 14.12.1999 № 1281- XIV // <http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=1281-14>
3. Закон України Про сприяння соціальному становленню та розвитку молоді України від 05.02.1993 № 2998-ХІІ // <http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=2998-12>
4. Закон України Про туризм від 15.09.1995 № 324/95-ВР // <http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=324%2F95-%E2%FO>
5. Закон України Про фізичну культуру і спорт від 24.12.1993 № 3808-ХІІ // <http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=3808-12>
6. Правила змагань зі спортивного орієнтування. К.: Федерація спортивного орієнтування України, 2013. 102 с.
7. Правила змагань зі спортивного туризму. К.: Федерація спортивного туризму України, 2008. 146 с.
8. Правила проведення туристських подорожей з учнівською і студентською молоддю України. Наказ Міносвіти України N 237 від 24.03.2006р // <http://zakon1.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=z0660-06>

#### Інформаційні ресурси

1. Перелік класифікованих туристських спортивних маршрутів України [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://gua.convdocs.org/docs/1311/index-6488.html>.
2. Презентація «Спортивний туризм» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://gdz4you.com/prezentacii/prezentacii-drugie/9454-presentaciya-na-temu-sportyvnyu-turyzm.html>.
3. Спортивний туризм [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://travelluxtour.info/vidy-turizma/sportivnyi-turizm/>.
4. Федерація спортивного туризму України. URL : <http://www.fstu.org.ua/>

#### 7. Контактна інформація

Кафедра	Кафедра теорії та методики фізичної культури і спорту м.Івано-Франківськ, вул. Шевченка, 57 каб. 407 тел. +38(0342) 59-60-19 <a href="https://ktmfks.pnu.edu.ua/">https://ktmfks.pnu.edu.ua/</a> e-mail: ktmfks@pnu.edu.ua
Викладач	Луцький Василь Ярославович Кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Контактна інформація викладача	0665654169 <a href="mailto:vasyl.lutskiy@pnu.edu.ua">vasyl.lutskiy@pnu.edu.ua</a>

Академічна доброчесність	Дотримання академічної доброчесності засновується на ряді положень та принципів академічної доброчесності, що регламентують діяльність здобувачів вищої освіти та викладачів університету: ➤ <a href="#">Кодекс честі ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»</a>
--------------------------	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <a href="#">Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі студентів ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника».</a></li> <li>➤ <a href="#">Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника».</a></li> <li>➤ <a href="#">Положення про запобігання академічному плагіату у ДВНЗ “Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника”.</a></li> <li>➤ <a href="#">Склад комісії з питань етики та академічної доброчесності ДВНЗ “Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника”.</a></li> <li>➤ <a href="#">Лист МОН України “До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності”.</a></li> </ul> <p>Ознайомитися з даними положеннями та документами можна за посиланням: <a href="https://pnu.edu.ua/положення-про-запобігання-плагіату/">https://pnu.edu.ua/положення-про-запобігання-плагіату/</a></p>
Пропуски занять (відпрацювання)	<p>Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується у відповідності до <a href="#">«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ “Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника” ( введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019)»</a> (див. стор. 4.).</p> <p>Ознайомитися з положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a></p>
Виконання завдання пізніше встановленого терміну	<p>У разі виконання завдання студентом пізніше встановленого терміну, без попереднього узгодження ситуації з викладачем, регламентується у відповідності до <a href="#">«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ “Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника” ( введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019) »</a> – стор. 4-5.</p> <p>Ознайомитися із положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a></p>
Невідповідна поведінка під час заняття	<p>Невідповідна поведінка під час заняття регламентується рядом положень про академічну доброчесність (див. вище) та може призвести до відрахування здобувача вищої освіти (студента) «за порушення навчальної дисципліни і правил внутрішнього розпорядку вищого закладу освіти», відповідно до п.14 «Відрахування студентів» <a href="#">«Положення про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів вищих закладів освіти»</a> – ознайомитися із положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a></p>
Додаткові бали	<p>Отримання додаткових балів за дисципліною можливе в разі виконання індивідуальних завдань, попередньо узгоджених з викладачем. Перелік індивідуальних завдань міститься у навчальній програмі до курсу.</p> <p>Також за рішенням кафедри студентам, які брали участь у науково-дослідній роботі (роботі конференцій, студентських наукових гуртків та проблемних груп, підготовці публікацій), а також були учасниками олімпіад, конкурсів, можуть присуджуватися додаткові бали <a href="#">«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ “Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника” ( введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019) – стор. 3.</a> ознайомитися із положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a></p>
Неформальна освіта	<p>Можливість зарахування результатів неформальної освіти регламентується <a href="#">«Положенням про порядок зарахування результатів неформальної освіти у ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» (введено в</a></p>



	<p><a href="#">дію наказом ректора №819 від 29.11.2019) –</a></p> <p><a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/po_lozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/po_lozhenja/</a></p>
--	--

**Викладач:**

В.Я. Луцький