



Назва навчальної дисципліни	<b>Організація та проведення туристичних походів</b>
Шифр навчальної дисципліни	<i>вибірковий освітній компонент</i>
Кількість кредитів	<i>3 кредити ЄКТС/90 год</i>
Прізвище, ім'я, по батькові викладача	<i>Голуб Віктор Анатолійович</i>
Науковий ступінь	<i>кандидат наук з фізичного виховання та спорту</i>
Вчене звання	<i>доцент</i>
Посада викладача	<i>завідувач кафедри теорії та методики фізичного виховання</i>
Контактний телефон викладача	<i>0972594869</i>
Профайл викладача	<i><a href="http://www.kogpi.edu.te.ua/index.php?option=com_content&amp;view=article&amp;id=1193&amp;Itemid=360">http://www.kogpi.edu.te.ua/index.php?option=com_content&amp;view=article&amp;id=1193&amp;Itemid=360</a></i>
Е-mail викладача	<i><a href="mailto:golub06va@ukr.net">golub06va@ukr.net</a></i>
Розклад консультацій	<i>Очні консультації</i>
Час проведення	<i>14.40 – 17.00</i>
Місце проведення	<i>131 ауд.</i>

### **ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ**

Навчальна дисципліна «Організація та проведення туристичних походів», як засіб фізичного виховання, спрямована на всебічну загальну та фахову підготовку здобувачів вищої освіти.

Туризм є важливим засобом виховання та оздоровлення молоді, сприяє розширенню світогляду, розвитку пізнавальної діяльності. Під час подорожей туристи знайомляться з минулим і сьогоденням країни, її природними багатствами, пам'ятниками культури. Для організації та проведення туристичних походів необхідне формування знань та навиків з організації туристичної роботи, проведення різноманітних безпечних подорожей, підготовки і участі у туристичних змаганнях різної категорії складності.

### **МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Мета** курсу передбачає вивчення студентами специфіки організації та проведення туристських подорожей; різної категорії складності, основ методики викладання туризму та туристсько-краєзнавчої роботи; оволодіння технічними навичками елементів туризму; надбання необхідних знань, умінь та навичок для самостійної роботи в школі та позашкільних закладах.

Основні **завдання** вивчення дисципліни:

- підготувати студентів до організації та проведення туристичних походів різної категорії складності;
- поглибити теоретичні та практичні знання майбутніх фахівців з фізичної культури у сфері туризму;
- сформувати у студентів практичні навички тактики, техніки та орієнтування на маршруті;
- навчити студентів оформленню маршрутної документації;
- оволодіти методикою проведення туристських подорожей з учнями та студентською молоддю України;
- підготувати студентів до вивчення інших дисциплін туристичного циклу:

### **Підсилення програмних компетентностей та результатів навчання**

- Здатність працювати в команді, виконувати роботу в групі під керівництвом лідера, мати навички, що демонструють здатність до врахування вимог трудової дисципліни і інтересів колективу;
- Здатність визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення;
- Здатність до організаційної роботи, взаємодії в колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, і колективу загалом;

- Здатний 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 за топографічними картами та іншими засобами навігації.
- Здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурного та економічного контексту.

### **ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Тема 1.** Правила проведення туристичних подорожей з учнівською та студентською молоддю України

**Тема 2.** Планування туристичного походу, комплектування та самоврядування туристичної групи.

**Тема 3.** Основні форми туристичної роботи. Категорійні та ступеневі походи.

**Тема 4.** Підготовка туристичного спорядження. Туристичний бівак.

**Тема 5.** Харчування туристів у поході.

**Тема 6.** Медичне забезпечення походу, надання першої долікарської допомоги.

**Тема 7.** Особливості проведення велосипедних подорожей.

**Тема 8.** Водний туризм та особливості його організації.

**Тема 9.** Вимоги до організації гірських та лижних походів.

### **ТЕМИ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ**

**Тема 1.** Законодавчі норми проведення туристичних подорожей на території України. Повноваження адміністрації навчальних закладів, яка здійснює туристські подорожі. Вимоги до формування туристичних груп та учасників туристично-спортивних походів. Вимоги до керівника туристської групи. Обов'язки і права керівника та заступника керівника туристської групи. Обов'язки та права учасника туристської подорожі.

**Тема 2.** Принципи проведення туристичних подорожей, з організацією та підготовкою.

Цілі подорожей, комплектування групи, вибір маршруту, розподіл обов'язків, туристське спорядження, фізична підготовка, туристські документи.

Підбір та підготовка туристського спорядження, вибір маршруту, обов'язки членів групи, підбір маршруту.

**Тема 3.** Організація та проведення, підготовка ступеневої подорожі. Основні поняття: протяжність, складання маршруту, тактика та техніка подорожі, план графік маршруту.

Зміст: поняття тактики та техніки походу, залежність їх від природних умов, та освоєності району, складання плану графіку походу; підбір та підготовка спорядження, меню розкладка.

Організація та проведенням категорійної подорожі

Особливості комплектації групи, фізична підготовка, туристський досвід, психологічна сумісність учасників; роль лідера, забезпечення безпеки.

**Тема 4.** Туристичне спорядження за призначенням, засоби транспортування вантажів, бівачне спорядження, спеціальне і допоміжне спорядження. Особисте та групове спорядження. Норми навантажень на одну особу, методика пакування рюкзака. Вимоги до розташування біваку: (встановлення намету, розведення багаття).

**Тема 5.** Організація та режим харчування на маршруті; калорійність харчування в залежності від умов подорожі; приготування їжі в похідних умовах, облік витрат продуктів; меню розкладка, вогнище та його типи.

**Тема 6.** Медичне забезпечення походу. Комплектування аптечки. Склад аптечки. Профілактика травматизму. Техніка транспортування потерпілого. Гігієна туриста.

**Тема 7.** Методика організації та проведення велосипедних подорожей. Особливості велосипедного туризму; правила дорожнього руху, велосипед та його будова, регулювання, тех. обслуговування, техніка та тактика вело подорожі, спорядження вело туриста, перешкоди в велосипедній подорожі, орієнтування, безпека подорожі.

**Тема 8.** Специфіка організації та проведення водних подорожей.

Особливості водного туризму; елементи річкової лоції, маршрут та графік руху, орієнтування у водній подорожі. Судна для подорожі, техніка та тактика; перешкоди на річках, правила безпеки.

**Тема 9.** Гірський туризм. Лавини, каменепади, обвали льоду, селеві потоки, водяні перешкоди. Вітер, гроза, раптові зміни погоди, вплив на організм висоти, дія сонця у розрідженому повітрі. Спорядження подорожі, техніка та тактика руху на різних ділянках рельєфу, переправа через

гірські перешкоди, організація біваку, техніка безпеки. Лижний туризм. Кліматичні і погодні умови, снігове покриття, температурні режими, вологість повітря.

Специфіка лижних подорожей, підбір спорядження. Техніка руху орієнтування на маршруті, організація зимового біваку, безпека лижних походів.

### **ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ**

- **Політика щодо деделайнів та перескладання:** Перескладання тем / модулів відбувається під час проведення консультацій керівника курсу.
- **Політика щодо академічної доброчесності:** Списування під час тестового контролю заборонене (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час підготовки практичних завдань в процесі заняття.
- **Політика щодо відвідування:** Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу.

### **Рекомендована література**

1. Абрамов В.В, Тонкошкур М.В. История туризма. – Харьков, ХГАФК, 2005.
2. Безпека життєдіяльності туристів, екскурсантів, відпочивальників та працівників туризму (аспекти). - Дніпропетровськ : Промінь, 2002.-115с.
3. Бейдик О.О. Рекреаційно-туристські ресурси України. Методологія та методика аналізу, термінологія, районування. - К: ВПЦ „Київський університет“, 2001. - 395 с.
4. Ганопольський В.І. Уроки туризму .-К .: Шкільний світ.-2004.
5. Грабовський Ю.А., Скалій О.В., Скалій Т.В. Спортивний туризм: Навчальний посібник. - Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2009.
6. Колотуха О.В. Дитячо-юнацький туризм в Україні. – Кіровоград РВЦ Кіровоградського держ. пед. ун-ту, 2001. - 42 с.
7. Колотуха,О.В. Спортивні рекреаційно-туристські ресурси України - К: Федерація спортивного туризму України, 2006. – 208 с.
8. Наровлянський О.Д., Наровлянська М.Д., Пустовойт В.О. Шкільний туризм . – К .: Шкільний світ - 2009.
9. Позашкільний туризм і краєзнавство в Україні: історія та сьогодення. – Івано-Франківськ: Тіповіт, 2010
10. Положення про туристські маршрутно-кваліфікаційні комісії навчальних закладів системи Міністерства освіти і науки України, затверджене наказом МОН від 16.05. 2005 № 295 / Інформаційний збірник МОН 2005/.
11. Постанова Президії Федерації спортивного туризму України "Про Положення про систему підготовки кадрів спортивного туризму" від 11.03.2002 року // Спортивний туризм. - 2002. - № 3. - С. 23-34.
12. Постанова Президії Федерації спортивного туризму України "Про Положення "Інструктор дитячо-юнацького туризму" від 15.06.2002 року // Спортивний туризм. - 2002. - № 4 - С. 35-50.
13. Правила проведення туристських подорожей з учнівською і студентською молоддю України. Наказ Міністерства освіти і науки України від 24.03.2006. - № 237 /Інформаційний збірник МОН. – 2007. - №1. - С. 3 – 24.

### **Інформаційні ресурси**

1. Мир путешествий и приключений [www.autdoorukrain.com](http://www.autdoorukrain.com)
2. Мандруємо Україною [www.ukrmandry.com.ua](http://www.ukrmandry.com.ua)
3. Офіційний сайт ФСТУ [www.fstu.com.ua](http://www.fstu.com.ua)
4. Наш край [www.nashkray.kiev.ua](http://www.nashkray.kiev.ua)
5. Все про туризм [www.tourlib.columb.net.ua](http://www.tourlib.columb.net.ua)