

Тернопільська обласна рада  
Управління освіти і науки Тернопільської обласної державної адміністрації  
Кременецька обласна гуманітарно-педагогічна академія  
ім. Тараса Шевченка  
Кафедра спортивних ігор та туризму

  
ЗАТВЕРДЖУЮ  
Проректор з навчальної роботи  
*М.Б. Боднар*  
31.08. 2020 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
ОРГАНІЗАЦІЯ І ПРОВЕДЕННЯ ТУРИСТИЧНИХ ПОХОДІВ

рівень вищої освіти – *перший (бакалаврський)*  
галузь знань - *01 Освіта / Педагогіка*  
спеціальність - *014 Середня освіта (Фізична культура)*  
освітньо-професійна програма - *Середня освіта (Фізична культура)*

Голуб В.А., Сиротюк С.М. Організація і проведення туристичних походів: робоча програма для студентів спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура). В.А. Голуб, С.М. Сиротюк - Кременець, 2020. – 18 с.

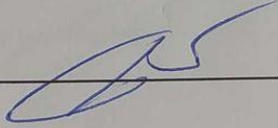
**Розробники:**

Голуб В.А. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри спортивних ігор та туризму

Сиротюк С.М. – асистент кафедри спортивних ігор та туризму

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри спортивних ігор та туризму

Протокол № 1 від 31 серпня 2020р.

Завідувач кафедри  В.А. Голуб

## ВСТУП

Навчальна дисципліна «Організація та проведення туристичних походів» є вибірковою дисципліною циклу професійної підготовки фахівців за першим (бакалаврським) рівнем освітньо-професійної програми 014 Середня освіта (Фізична культура).

Навчальна дисципліна «Організація та проведення туристичних походів» як засіб фізичного виховання, який спрямований на всебічну загальну та фахову підготовку студентів закладів вищої освіти.

Туризм є важливішим 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, проведенню різноманітних безпечних подорожей, підготовки і участі туристичної команди у туристичних змаганнях різної категорії складності.

**Ключові слова:** категорійні походи, ступеневі походи, МКК, туристичний бівак, ГСК, маршрут, азимут, кошторис, самоврядування туристичної групи, тактика, техніка, спорядження.

## 2. Опис навчальної дисципліни

| Найменування показників   | Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень                            | Характеристика навчальної дисципліни |                       |
|---|---|--------------------------------------|-----------------------|
|   |   | денна форма навчання                 | заочна форма навчання |
| Кількість кредитів – 3  | Галузь знань<br><b>01 Освіта / Педагогіка</b><br><b>Спеціальність 014</b><br>Середня освіта | Варіативна                           |                       |
| Модулів – 1   | Освітньо-професійна програма<br><b>Середня освіта (Фізична культура)</b>                    | <b>Рік підготовки:</b>               |                       |
| Змістових модулів – 2   |   | 3-й                                  |                       |
| Індивідуальне науково-дослідне завдання: реферат.   |   | <b>Семестр</b>                       |                       |
| Загальна кількість годин – 120  |   | 5-й                                  | 5-й                   |
| Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 3, самостійної роботи студента – 4 | <b>Освітньо-професійна програма:</b><br>бакалавр  | <b>Лекції</b>                        |                       |
|   |   | 16- год.                             | 6-год.                |
|   |   | <b>Практичні, семінарські</b>        |                       |
|   |   | 35 -год.                             | 6-год.                |
|   |   | <b>Лабораторні</b>                   |                       |
|   |   | год.                                 |                       |
|   |   | <b>Самостійна робота</b>             |                       |
| 69 год.   | 108 -год.   |                                      |                       |
| Вид контролю: залік   |   |                                      |                       |

### Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

- для денної форми навчання – 40% : 60%,
- для заочної форми навчання – 16% : 84%.

### 3. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою курсу даної дисципліни передбачає вивчення студентами специфіки організації та проведення туристських подорожей; різної категорії складності, основи 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:

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

**Знати:**

- організацію і комплектування туристичних груп;
- сутність базових понять і термінів кожної теми;
- першу медичну допомогу;
- особливості організації та проведення велосипедних подорожі; специфіку похідного спорядження вело подорожі; орієнтування у вело подорожі.
- особливості організації та методика проведення водної подорожі; елементи річкової лоції; судна для водного туризму; техніки і тактики водної подорожі.
- організації та методика проведення гірської подорожі; подорожі в горах; спорядження в гірському туризмі; можливу небезпеку в горах.

**Вміти:**

- визначити сторони горизонту по компасу, місцевих предметах, по годиннику, по небесних світилах;
- володіти алгоритмом дослідження району подорожі за картою та іншими джерелами інформації;
- планувати маршрут походу;
- організувати харчування туристів підчас подорожей;
- встановлювати туристичний бівак.

Курс «Організація та проведення туристичних походів» спрямований на формування у студентів таких професійних **компетентностей**:

**Загальні компетентності (ЗК):**

**ЗК 4.** Знання і розуміння значення та змісту обраної професії; основні концепції та базових понять у фізичній культурі і спорті, історії розвитку, основ гігієни праці;

**ЗК 10.** Здатність працювати в команді, виконувати роботу в групі під керівництвом лідера, мати навички, що демонструють здатність до врахування вимог трудової дисципліни і інтересів колективу;

**ЗК 6.** Здатність до організаційної роботи, взаємодії в колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом;

**ЗК 7.** Здатність до самоосвіти і самовдосконалення, постійного підвищення особистого рівня кваліфікації;

#### **Фахові компетентності (ФК):**

**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 10.** Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.

**ФК 11.** Здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму.

**ФК 15.** Здатність до організаційної роботи у сфері фізкультурно-оздоровчої роботи у навчальних закладах, позашкільних закладах учнівської молоді (зі спортивного туризму й орієнтування), літніх дитячих оздоровчих таборам.

#### **Програмові результати навчання (ПРН):**

**ПРН 2.** Усвідомлює витoki і еволюцію формування теорії та методики фізичного виховання, медико-біологічні та психологічні основи і технологію фізичного виховання представників різних вікових груп, санітарно-гігієнічні основи діяльності у сфері фізичної культури і спорту.

**ПРН 6.** Знає вимоги до оформлення документації та основні закономірності побудови документів для здійснення навчального процесу з фізичного виховання у закладах загальної середньої освіти, організовувати та проводити масові фізкультурні заходи та спортивні змагання.

**ПРН 12.** Вміє розробляти навчально-методичні матеріали (робочі програми, навчально-тематичні плани) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів.

**ПРН 18.** Організовує співпрацю учнів і вихованців та ефективно працює в команді (педагогічному колективі освітнього закладу, інших професійних об'єднаннях);

**ПРН 22.** Здатний організовувати та керувати професійним розвитком осіб та груп, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурного та економічного контексту

## **4. Програма навчальної дисципліни**

### **Змістовий модуль №1**

#### **Організація та проведення туристичних походів.**

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

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

Будь-який туристичний похід планується, організовується і готується, по суті, він починається задовго до виходу групи на маршрут і завершується не після закінчення активної частини походу, а тоді, коли будуть вирішені питання, пов'язані з підбиттям його підсумків та оформленням всіх документів. Це багатогранна і трудомістка робота включає в себе чотири послідовні етапи: 1) організація; 2) підготовка; 3) проведення; 4) підбиття підсумків. Важливими аспектами планування подорожей є: комплектування групи, вибір маршруту, розподіл обов'язків, фізична підготовка учасників походу.

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

Туристична прогулянка, екскурсія, експедиція, походи як основні форми туристичної роботи.

За пріоритетами цілей всі туристичні подорожі можна поділити на п'ять варіантів:

- *Спортивні походи* - головною метою є виконання спортивно-туристичних нормативів і розрядів.

- *Краєзнавчі (пізнавальні) походи* - акцент ставиться на задачах ознайомлення з визначними краєзнавчими об'єктами (але з обов'язковою умовою спортивного проходження дещо скороченого маршруту).

- *Навчально-тренувальні походи* (для школярів, які займаються в секції туризму) - вивчення основ туризму, вдосконалення туристичних навичок, техніки туризму, орієнтування.

- *Походи зі здовоною метою* - одночасне виконання суспільно-корисної роботи (завдання) і спортивно-туристичного нормативу.

- *Контрольні походи* - похід по невідомому контрольному маршруту, під час проходження якого група має показати свої туристичні здібності.

Основні нормативи спортивних туристичних походів.

Оформлення похідної документації. Особливості комплектації групи, фізична підготовка, туристський досвід, психологічна сумісність учасників: роль лідера, забезпечення безпеки.

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

Туристичне спорядження за призначенням прийнято поділяти на засоби пересування, засоби транспортування вантажів, бівачне спорядження, спеціальне і допоміжне спорядження. За характером використання спорядження поділяється на особисте та групове. Норми навантажень на одну особу, методика пакування рюкзака.

Організація бівуаку в поході потребує пильної уваги керівника, і водночас, злагодженої роботи усіх учасників групи. Адже в поході на бівуаках група проводить 12-14 годин на добу.

Добре організований бівак забезпечує повноцінний сон за будь-яких погодних умов. Але організація комфортабельного біваку потребує деколи немалих затрат сил та часу.

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

Забезпечення нормального харчування – одна з важливіших умов успішного проведення походу. При цьому треба пам'ятати що розрахунки, купівля та пакування продуктів харчування – все це повинно бути зроблено заздалегідь до початку походу.

Основні характеристики продуктів харчування. Розрахунок споживчої цінності і кількості продуктів харчування для походу, калорійність. Організація та режим харчування на маршруті, приготування їжі в похідних умовах, меню.

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

Вирішення оздоровчих завдань в умовах туристичного походу пов'язано з дотриманням правильного режиму дня, заходами по загартуванню організму, а також оволодінням та застосуванням знань та вмінь попередження захворювань. В процесі туристичного циклу туристи опановують методи профілактики захворювань, засоби самоконтролю стану організму, прийоми надання першої медичної допомоги тощо.

Медичне забезпечення походу, комплектування аптечки. Виготовлення нош, транспортування потерпілих. Гігієна туриста.

## **Змістовий модуль №2**

### **Особливості організації та проведення походів із різних видів туризму.**

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

Підготовка до велосипедної подорожі, як і до інших видів туризму, розпочинається з придбання необхідного спорядження, спеціальної спортивної форми, одягу, взуття та комплектування групи.

Організаторам цих подорожей слід постійно пам'ятати, що кожен велосипедист повинен досконало володіти технікою їзди, знати правила дорожнього руху та вміти розбиратись в обладнанні велосипеда та ремонтувати його.

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

Водні подорожі вимагають від учасників, перш за все, гарного знання свого судна, вміння управляти ним. Керівник повинен мати досвід керівництва походу.

Водні походи можна здійснювати на шлюпках, прогулянкових човнах, розбірних байдарках, плотах, катамаранах. Найбільш прийнятні для подорожей розбірні байдарки і катамарани. Вони достатньо стійкі, мають добру місткість та задовільні ходові якості, невелику вагу, легко перевозяться на транспорті, зручні для плавання по річках різної складності, прості в ремонті.

Особливості водного туризму: елементи річкової лоції, маршрут та графік руху, орієнтування у водній подорожі, техніка та тактика, техніка безпеки.

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



Гірський туризм дуже складний та небезпечний. Лавини, каменепади, обвали льоду, селеві потоки, водяні перешкоди завжди підстерігають туристів у горах. Вітер, гроза, раптові зміни погоди, вплив на організм висоти, дія сонця у розрідженому повітрі також ускладнюють подорож.

Спорядження подорожі, техніка та тактика руху на різних ділянках рельєфу, переправа через гірські перешкоди, організація бівуаку, техніка безпеки.

Слід відзначити, що лижний туризм – один із найскладніших видів туризму. Це пояснюється перш за все суворими кліматичними і погодними умовами – сніговим покриттям, часто значними негативними температурами, високою вологістю повітря сильними вітрами і т. д.

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

### 5. Структура навчальної дисципліни

| Назви змістових модулів і тем   | Кількість годин |              |   |     |      |              |              |   |     |      |
|---|-----------------|--------------|---|-----|------|--------------|--------------|---|-----|------|
|   | денна форма     |              |   |     |      | Заочна форма |              |   |     |      |
|   | усьог<br>о      | у тому числі |   |     |      | усь-<br>ого  | у тому числі |   |     |      |
|   |                 | л            | п | лаб | с.р. |              | л            | п | лаб | с.р. |
| 1   | 2               | 3            | 4 | 5   | 6    | 7            | 8            | 9 | 10  | 11   |
| <b>Модуль 1</b>   |                 |              |   |     |      |              |              |   |     |      |
| <b>Змістовий модуль 1. Організація та проведення туристичних походів.</b>                               |                 |              |   |     |      |              |              |   |     |      |
| <b>Тема 1.</b><br>Правила проведення туристичних подорожей з учнівською та студентською молоддю України | 12              | 1            | 2 |     | 6    |              |              |   |     | 12   |
| <b>Тема 2.</b><br>Планування туристичного походу, комплектування та самоврядування туристичної групи.   | 12              | 1            | 2 |     | 6    |              |              |   |     | 12   |
| <b>Тема 3.</b><br>Основні форми туристичної роботи. Категорійні та ступеневі походи.                    | 14              | 2            | 4 |     | 9    |              |              |   |     | 12   |

|   |            |           |           |  |           |            |          |          |  |            |
|---|------------|-----------|-----------|--|-----------|------------|----------|----------|--|------------|
| <b>Тема 4.</b><br>Підготовка туристичного спорядження.<br>Туристичний бівак.  | 14         | 2         | 4         |  | 10        |            | 1        | 1        |  | 12         |
| <b>Тема 5.</b><br>Харчування туристів у поході..  | 12         | 2         | 2         |  | 6         |            | 1        | 1        |  | 12         |
| <b>Тема 6.</b><br>Медичне забезпечення походу, надання першої долікарської допомоги.                                | 14         | 2         | 3         |  | 8         |            | 1        | 1        |  | 12         |
| <b>Разом за змістовим модулем 1</b>   | 78         | 10        | 17        |  | 42        |            | 3        | 3        |  | 72         |
| <b>Модуль 2</b><br><b>Змістовий модуль 2. Особливості організації та проведення походів із різних видів туризму</b> |            |           |           |  |           |            |          |          |  |            |
| <b>Тема 7.</b><br>Особливості проведення велосипедних подорожей.  | 14         | 2         | 6         |  | 8         |            | 1        | 1        |  | 12         |
| <b>Тема 8.</b><br>Водний туризм та особливості його організації.  | 14         | 2         | 6         |  | 8         |            | 1        | 1        |  | 12         |
| <b>Тема 9.</b><br>Вимоги до організації гірських та лижних походів.   | 14         | 2         | 6         |  | 8         |            | 1        | 1        |  | 12         |
| <b>Разом за змістовим модулем 2</b>   | 42         | 6         | 18        |  | 24        |            | 3        | 3        |  | 36         |
| <b>Усього годин</b>   | <b>120</b> | <b>16</b> | <b>35</b> |  | <b>69</b> | <b>120</b> | <b>6</b> | <b>6</b> |  | <b>108</b> |

#### 6. Теми семінарських занять

| № з/п         | Назва теми   | Кількість годин |        |
|---------------|--|-----------------|--------|
|               |  | денна           | заочна |
| <b>3 курс</b> |  |                 |        |
| 1.            | Правила проведення туристичних подорожей з учнівською та | 2               | 3      |

|     |  |    |   |
|-----|--|----|---|
|     | студентською молоддю України.  |    |   |
| 2.  | Планування туристичного походу. Комплектування групи. Самоврядування туристичної групи.                | 2  |   |
| 3.  | Основні форми туристичної роботи. Спортивні походи.  | 2  |   |
| 4.  | Підготовка туристичного спорядження. Туристичний бівак.  | 2  |   |
| 5.  | Медичне забезпечення походу. Комплектування похідної аптечки.  | 2  |   |
| 6.  | Харчування туристів у поході. Розробка меню, підбір продуктів харчування, упаковка та транспортування. | 2  |   |
| 7.  | Письмова контрольна робота модуль №1.  | 2  |   |
| 8.  | Особливості проведення велосипедних подорожей.   | 2  |   |
| 9.  | Водний туризм та особливості його організації.   | 2  |   |
| 10. | Вимоги до організації гірських та лижних походів.  | 2  | 3 |
| 11. | Організація та практичне проходження походу вихідного дня.   | 13 |   |
| 12. | Письмова контрольна робота модуль №2.  | 2  |   |
|     | Разом:   | 35 | 6 |

### 7. Самостійна робота

| з/п           | Назва теми  | Кількість годин |        |
|---------------|---|-----------------|--------|
|               |   | денна           | заочна |
| <b>3 курс</b> |   |                 |        |
| 1.            | <b><i>Предмет, мета і завдання дисципліни.</i></b><br>Історія розвитку туризму. Законодавчі акти які регулюють туристичні подорожі на території держави. Законом України "Про освіту". Законом України про туризм. Розвиток мандрівництва у нашому регіоні. | 4               | 9      |
| 2.            | <b><i>Структура самоврядування туристичної групи.</i></b><br>Відділення життєзабезпечення. Техніко тактичне відділення. Культурологічне. Краєзнавче. Робота на чергових посадах.  | 5               | 9      |
| 3.            | <b><i>Топографічна підготовка.</i></b><br>Орієнтування на місцевості. Читання карт, схем, атласів. GPS навігатори.  | 6               | 9      |
| 4.            | <b><i>Спелео походи.</i></b><br>Особливості організації і проходження печер. Техніка безпеки. Печери Тернопілля.  | 6               | 9      |
| 5.            | <b><i>Похідна документація.</i></b><br>Маршрутний лист. Маршрутна книга. Календарний план графік руху. Звіт, щоденник.  | 6               | 9      |
| 6.            | <b><i>Основні нормативи спортивно-туристських походів.</i></b><br>Категорійні походи. Некатегорійні походи. Тривалість і протяжність.   | 6               | 9      |

|     |   |    |     |
|-----|---|----|-----|
| 7.  | <b>Запобігання травматизму у туристичних походах.</b><br>Розпорядок дня. Підготовка подорожі. Дисциплінованість, та психологічний клімат групи. | 6  | 9   |
| 8.  | <b>Маршрути Кременеччини.</b><br>Проходження діючими маршрутами. Опис подорожі.<br>Створення нових маршрутів, різної складності рідного краю.   | 6  | 9   |
| 9.  | <b>Наметові містечка.</b><br>Туристично-спортивні табори як форма організації активного відпочинку.   | 6  | 9   |
| 10. | <b>Безпека подорожі.</b><br>Організація безпеки підчас проведення подорожей з різних видів туризму. Конфліктні ситуації і методи їх усунення.   | 6  | 9   |
| 11. | <b>Норми навантажень.</b><br>Скласти таблицю «орієнтовних норм навантажень та денних переходів для різних вікових груп»                         | 6  | 9   |
| 12. | <b>Цінність туризму.</b><br>Виховна, освітня та пізнавальна цінність туристської діяльності.  | 6  | 9   |
|     | Разом   | 69 | 108 |

## 8. Індивідуальні завдання

### Порядок подання та захист ІНДЗ

1. Звіт про виконання ІНДЗ подається у вигляді реферату обсягом до 10 арк.
2. ІНДЗ подається викладачу не пізніше ніж за 2 тижні до підсумкового контролю або завершення семестру.
3. Оцінка за ІНДЗ виставляється на заключному занятті (семінарському, практичному) на основі попереднього ознайомлення викладача зі змістом ІНДЗ. Можливий захист завдання шляхом усного звіту студента про виконану роботу (до 5-ти хв.).
4. Оцінка за ІНДЗ враховується при виведенні підсумкової оцінки з навчального курсу. Максимальна кількість балів – 15.

### Критерії оцінювання ІНДЗ

При розробленні критеріїв оцінки за ІНДЗ береться за основу повнота і правильність виконання завдання, ступінь усвідомлення та розуміння студентом навчального матеріалу проблемного характеру; враховується здатність студента диференціювати, інтегрувати та уніфікувати отримані знання, застосовуючи наукову термінологію; уміння здійснювати самостійний пошук та використання додаткового матеріалу для глибокого, логічного і творчого аналізу вивченого; уміння творчо застосовувати теоретичні знання при виконанні практичних завдань; мовленнєве оформлення відповіді тощо.

**1 бал** – студент має початковий рівень знань і не виявляє інтерес до навчального матеріалу; механічно відтворює зміст відповідного параграфу підручника/посібника; копіює певне завдання без будь-яких власних висновків та узагальнень;

**2 бали** – студент виявляє первинний інтерес до навчального матеріалу; має

фрагментарні навички в роботі з підручником, але самостійне опрацювання навчального матеріалу викликає значні труднощі; здатен давати відповіді на прості, стандартні запитання;

**3 бали** – студент знає близько половини навчального матеріалу і здатний відтворити його відповідно до тексту підручника або пояснень викладача; описує явища, процеси без пояснень їх причин; за допомогою викладача здатен відтворити їх послідовність, але слабо орієнтується в поняттях;

**4 бали** – студент знає більше половини навчального матеріалу, розуміє основний навчальний матеріал, але відтворює його з помилками та неточностями; здатен з помилками й неточностями дати визначення основних понять; відповіді на додаткові питання непослідовні та нелогічні;

**5 балів** – студент має стійкі навички роботи з текстом підручника; може самостійно оволодіти більшою частиною навчального матеріалу; формулює поняття, наводить приклади, підтверджує висловлене судження одним-двома аргументами; здатен за необхідності використовувати наочні матеріали;

**6 балів** – студент виявляє знання і розуміння основних положень навчального матеріалу; може поверхово аналізувати події, процеси, явища і робити певні висновки; відповідь його правильна, але недостатньо осмислена;

**7 балів** – студент самостійно відтворює домінуючу частину навчального матеріалу; відповідає за планом, висловлює власну думку щодо теми, вміє застосовувати набуті знання при розв'язуванні психологічних задач; користується додатковими джерелами;

**8 балів** – студент правильно і логічно відтворює навчальний матеріал; розуміє основоположні теорії та факти, встановлює причинно-наслідкові зв'язки між ними; вміє застосовувати засвоєний матеріал у стандартних ситуаціях;

**9 балів** – студент уміє наводити окремі власні приклади на підтвердження певних теоретичних положень; самостійно користується додатковими джерелами; свідомо контролює власні навчальні дії; правильно використовує термінологію; складає таблиці та схеми;

**10 балів** – знання студента є достатньо повними; він вільно застосовує вивчений матеріал у стандартних ситуаціях, логічно описує певні явища з точки зору їх смислового взаємозв'язку; відповідь повна, логічна, обґрунтована, але з деякими фрагментарними неточностями;

**11 балів** – студент уміє аналізувати, встановлювати найсуттєвіші зв'язки та залежності між явищами та фактами, розглядати виявлені закономірності, робити самостійні висновки; загалом належною мірою контролює власну учбову діяльність;

**12 балів** – студент володіє глибокими та міцними знаннями, здатен використовувати їх у нестандартних ситуаціях; може визначати тенденції та протиріччя процесів; робить аргументовані висновки; критично оцінює окремі нові факти, явища, ідеї; використовує додаткові джерела та матеріали;

**13 балів** – студент самостійно визначає окремі цілі власної учбової діяльності; вирішує творчі завдання; відрізняє упереджену інформацію від об'єктивної; здатен сприйняти іншу позицію як альтернативну щодо власної;

**14 балів** – студент має системні, дієві знання, виявляє неординарні творчі здібності у

навчальній діяльності, користується широким арсеналом засобів-доказів своєї думки, вирішує складні проблемні завдання, схильний до системно-наукового аналізу та прогнозу явищ;

**15 балів** – студент вміє ставити й розв'язувати проблеми, самостійно здобувати та використовувати інформацію, виявляє власне ставлення до неї; самостійно виконує науково-дослідну роботу; логічно і творчо викладає матеріал у будь-якій формі; активно розвиває свої обдарування та нахили; вільно висловлює перспективи у відповідній сфері досліджень.

### **Тематика ІНДЗ**

1. Значення туристських подорожей в формуванні здорового способу життя.
2. Туристські подорожі вихідного дня та ступеневі.
3. Закон України про туризм.
4. Державні санітарні норми та правила влаштування, утримання та організації режиму діяльності дитячих наметових містечок.
5. Типове положення про територіальний спортивний туристський клуб.
6. Методичні принципи розробки туристських маршрутів.
7. Співпраця самодіяльних туристських організацій з МКК.
8. Меню розкладка, кошторис, облік витрат продуктів.
9. Історія розвитку та особливості велотуризму.
10. Рух по різних дорогах. Перешкоди та їх подолання велотуристом.
11. Елементи річної лоції (типи річок; основні елементи долини та річкового русла, перешкоди на річках).
12. Тактика водного туризму (тактика розподілу сил й засобів групи на марші, орієнтування в водній подорожі).
13. Безпека у водному туризмі.
12. Спорядження у гірському туризмі (особисте, спеціальне групове спорядження).
13. Рух на різних ділянках гірського рельєфу (рух по трав'яним схилам, рух по моренам та висипам).
14. Рух на різних ділянках гірського рельєфу (пересування по скелям).
15. Скласти інструкцію з техніки безпеки при проведенні туристських походів.
16. Скласти перелік медичної аптечки для ступеневого походу.
17. Назвати заходи для попередження травм.
18. Особливості підготовки харчування до транспортування.

### **9. Методи навчання**

- Словесні методи: розповідь-пояснення, бесіду, лекцію.
- Наочні методи: ілюстрація, демонстрація, презентація.
- Практичні методи: лабораторні та практичні роботи.
- Метод стимулювання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності: метод стимулювання до навчання, пізнавальні ігри, навчальні дискусії, метод заохочень, створення ситуацій зацікавленості (метод цікавих аналогій тощо), створення ситуації пізнавальної новизни;

- Методи контролю (самоконтролю, взаємоконтролю), корекції (самокорекції, взаємокорекції) за ефективністю навчально-пізнавальної діяльності: індивідуальне, фронтальне, програмоване опитування.

### 10. Методи контролю

- Метод усного контролю;
- Метод письмового контролю;
- Метод практичної перевірки;
- Метод самоконтролю.

### 11. Розподіл балів, які отримують студенти

| Максимальна сума балів, яку може набрати студент – 100 балів. |    |    |    |    |    |    |                      |    |     |     |     |                     |     |      |
|---|----|----|----|----|----|----|----------------------|----|-----|-----|-----|---------------------|-----|------|
| Модуль №1, №2   |    |    |    |    |    |    |                      |    |     |     |     |                     |     |      |
| Змістовний модуль 1   |    |    |    |    |    |    | Змістовний модуль 2. |    |     |     |     | Сам. та інд. робота |     | Сума |
| T1  | T2 | T3 | T4 | T5 | T6 | T7 | T8                   | T9 | T10 | T11 | T12 | ІНД                 | П/Т | 100  |
| 5   | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5                    | 5  | 5   | 10  | 10  | 3                   | 15  |      |
|   |    |    |    |    |    |    |                      |    |     |     |     | 15                  | 15  |      |

### Шкала оцінювання знань та вмінь студентів під час підсумкового контролю

| Сума балів за всі види навчальної діяльності | Оцінка ECTS | Оцінка за національною шкалою                              |   |
|--|-------------|--|---|
|  |             | для екзамену, курсового проекту (роботи), практики         | для заліку  |
| 90 – 100                                     | <b>A</b>    | відмінно   | зараховано  |
| 82-89  | <b>B</b>    | добре  |   |
| 75-81  | <b>C</b>    |  |   |
| 67-74  | <b>D</b>    | задовільно   |   |
| 60-66  | <b>E</b>    |  |   |
| 35-59  | <b>FX</b>   | незадовільно з можливістю повторного складання             | не зараховано з можливістю повторного складання             |
| 0-34   | <b>F</b>    | незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни | не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни |

### Критерії оцінювання за національною шкалою

**Оцінка А «5» («відмінно») (90–100):** студент виявляє міцні, глибокі та системні знання навчально-програмованого матеріалу; відповідь студента повна, правильна, логічна, містить аналіз, систематизацію, узагальнення навчального матеріалу; демонструє вміння самостійно знаходити та користуватися джерелами інформації, критично оцінювати окремі нові факти, явища, ідеї, встановлювати причинно-наслідкові та міжпредметні зв'язки, робити аргументовані висновки; користується широким арсеналом засобів доказів власної думки, вирішує складні проблемні завдання; виявляє варіативність мислення і раціональність у виборі способів розв'язання практичних завдань; творчо застосовує професійні вміння і навички; вміє пов'язати теорію з практикою; володіє культурою викладу інформації, мова студента грамотна.

**Оцінка В «4» («добре») (82–89):** студент виявляє міцні, повні, ґрунтовні знання навчально-програмованого матеріалу; демонструє розуміння основоположних теорій і фактів, вміння аналізувати, порівнювати та систематизувати інформацію, встановлювати зв'язок з обраною професією та робити висновки; використовує загальновідомі докази у власній аргументації; вільно застосовує матеріал у стандартних ситуаціях; відповідь студента в цілому правильна, логічна та достатньо обґрунтована, однак при відповіді та виконанні практичних завдань допускає несуттєві помилки; рівень мовленнєвої культури відповідає загальноприйнятим нормам.

**Оцінка С «4» («добре») (75–81):** студент виявляє знання і розуміння основних положень навчального матеріалу, проте його знання недостатньо глибокі та осмислені; відповідь на рівні загальних уявлень про предмет; демонструє деяке порушення логічності й послідовності викладу матеріалу; виявляє вміння частково аналізувати навчальний матеріал, порівнювати та робити певні, але неконкретні й неточні висновки; не вміє пов'язати теоретичні положення з практикою; має фрагментарні навички в роботі з джерелами інформації; виявляє невисоку культуру викладу знань.

**Оцінка Д «3» («задовільно») (67–74):** студент фрагментарно відтворює незначну частину навчального матеріалу; має нечіткі уявлення про об'єкт вивчення; виявляє елементарні знання фактичного матеріалу; викладає матеріал уривчастими реченнями, при відповіді допускає суттєві помилки, які не здатен виправити після коректування запитань; недостатньо володіє розумовими операціями; відсутні уміння і навички у роботі з джерелами інформації; не вміє логічно мислити та викласти свою думку.

**Оцінка Е «3» («задовільно») (60–66):** має мінімально достатні знання з дисципліни, зі значними помилками; у загальному недостатньо орієнтується у теоретичних ключових поняттях змістового модуля, теми; не досить впевнено, з суттєвими помилками застосовує знання ув практичних ситуаціях.

**Оцінка F «2» (35-59) (з можливістю повторного складання):** студент не має мінімально достатніх знань з дисципліни; погано або зовсім не орієнтується у теоретичних ключових поняттях змістового модуля, теми; не виявляє навичок застосовування знань у практичних ситуаціях; демонструє; не виявляє творчі уміння застосування знань, навичок у навчально-дослідній та практичній діяльності.

**Оцінка FX «2» («незадовільно») (0–34) (з обов'язковим повторним курсом):** не має мінімально достатніх знань з дисципліни; погано або зовсім не орієнтується у теоретичних ключових поняттях змістового модуля, теми; не виявляє навичок застосовування знань у практичних ситуаціях.

## 12. Методичне забезпечення



1. Комплекс навчально-методичного забезпечення викладання дисципліни (тексти лекцій, розробки семінарських занять, питання тестового контролю, завдання для індивідуальної роботи).
2. Підручники та посібники з туризму.
3. Періодичні фахові видання.
4. Тематичні інтернет ресурси.
5. Наочне відео, мультимедійне забезпечення.

### **13. Рекомендована література**

#### **Базова**

1. Абрамов В.В, Тонкошкур М.В. История туризма. – Харьков, ХГАФК, 2005.- 145 с.
2. Байтеряков О.З. Загальна характеристика туристичних ресурсів України // Краєзнавство і туризм: освіта, виховання, стиль життя (матеріали міжнародної науково-практичної конференції)- Херсон. Херсонський держ. пед. ун-т. -1998. -С. 185-187.
3. Балабанов И.В. Узлы. – М., 2001.- 175 с.
4. Безпека життєдіяльності туристів, екскурсантів, відпочивальників та працівників туризму (аспекти). - Дніпропетровськ : Промінь, 2002.-115с.
5. Бейдик О.О. Рекреаційно-туристські ресурси України. Методологія та методика аналізу, термінологія, районування. - К: ВПЦ „Київський університет“, 2001. - 395 с.
6. Булашев А. Спортивный туризм: учебник. – Харьков, ХГАФК, 2009. – 220 с.
7. Вечерський В.В. Загальні відомості про історико-культурні ресурси в туристичних регіонах України // Туристично-краєзнавчі дослідження. Вип. 2. - К: ЧП Кармаліта. - 1999. - С. 99-122.
8. Ганопольський В.І. Уроки туризму .-К .: Шкільний світ.-2004.-75 с.
9. Грабовський Ю.А., Скалій О.В., Скалій Т.В. Спортивный туризм: Навчальний посібник. - Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2009.- 295 с.
10. Державний реєстр нерухомих пам'яток України національного значення. - К., 2001.
11. Колотуха О.В. Дитячо-юнацький туризм в Україні. – Кіровоград РВЦ Кіровоградського держ. пед. ун-ту, 2001. - 42 с.
12. Колотуха,О.В. Спортивні рекреаційно-туристські ресурси України - К: Федерація спортивного туризму України, 2006. – 208 с.
13. Константинов Ю.С. Туристская игротка. - М.: Гуманитарный издательский центр ВАЛДОС -2000.
14. Литвинов Д.А. Справочник туриста .- Днепропетровск: ЭЦ „Восхождение”, 2005.
15. Наровлянський О.Д., Наровлянська М.Д., Пустовойт В.О. Шкільний туризм . – К .: Шкільний світ - 2009.
16. Позашкільний туризм і краєзнавство в Україні: історія та сьогодення. – Івано-Франківськ: Тіповіт, 2010.- 168 с.
17. 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/.

18. 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.
19. Постанова Президії Федерації спортивного туризму України "Про Положення "Інструктор дитячо-юнацького туризму" від 15.06.2002 року // Спортивний туризм. - 2002. - № 4 - С. 35-50.
20. 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.

#### **Допоміжна**

1. Закон України “Про фізичну культуру і спорт”.
2. Закон України “Про туризм”.
3. Закон України “Про аварійно-рятувальні служби”.
4. Закон України “Про порядок виїзду з України та в’їзду в Україну громадян України”.
5. Глобальний етичний кодекс туризму. Збірник нормативно-правових актів “Туризм в Україні”, т.5, під заг. ред. Вихристенка Б.І., “ІВА”, м.Ужгород, 2000р.
6. Гаазька декларація з туризму. Збірник нормативно-правових актів “Туризм в Україні”, т.5, під заг. ред. Вихристенка Б.І., “ІВА”, м.Ужгород, 2000р.
7. Хартія туризму. Збірник нормативно-правових актів “Туризм в Україні”, т.5, під заг. ред. Вихристенка Б.І., “ІВА”, м.Ужгород, 2000р.
8. Правила проведення туристських подорожей з учнівською і студентською молоддю України. Наказ Міносвіти України № 96 від 06.04.1999р.

#### **Інформаційні ресурси**

1. Мир путешествий и приключений [www.outdoorukrain.com](http://www.outdoorukrain.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.nashkraj.kiev.ua](http://www.nashkraj.kiev.ua)
5. Все про туризм [www.tourlib.columb.net.ua](http://www.tourlib.columb.net.ua)