

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*  
М.Б. Боднар  
31.08. 2020 року

## РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

### ТОПОГРАФІЯ І ОРІЄНТУВАННЯ

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

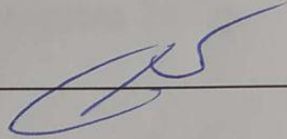
Нападій А.П., Ястремський О.О. Топографія і орієнтування: робоча програма для студентів спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура).  
А.П. Нападій, О.О. Ястремський - Кременець, 2020. – 14 с.

**Розробник:**

Нападій А.П. - кандидат наук з фізичного виховання та спорту, старший викладач кафедри спортивних ігор та туризму  
Ястремський О.О. - асистент кафедри спортивних ігор та туризму

Протокол № 1 від 31 серпня 2020р.

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_



В.А. Голуб

## **Вступ**

Робоча навчальна програма з дисципліни “Топографія та орієнтування” містить питання, що пов’язані з набуттям майбутніми спеціалістами з фізичної культури і спорту практичних умінь і навичок зі спортивного орієнтування і формуванням професійних здібностей. Програма має теоретичні та практичні розділи. На лекціях студенти ознайомляться зі змістом навчальної дисципліни, історією розвитку, видами та класифікацією спортивного орієнтування, технікою та тактикою, методикою навчання, організацією та правилами змагань з окремих видів орієнтування. На практичних заняттях студенти мають оволодіти технікою і тактикою спортивного орієнтування, навичками в організації та проведенні змагань. Індивідуальна та самостійна робота студентів спрямована на поглиблення теоретичних знань з методики картографічної, фізичної, техніко-тактичної та психологічної підготовки, планування дистанцій.

**Ключові слова:** орієнтування, топографія, азимут, карта, план місцевості, схема, компас, умовні знаки.

## 2. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, предметна спеціалізація, освітньо-професійна програма	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів 4	Галузь знань <b>01 Освіта</b>	Нормативна	
	Спеціальність <b>014 Середня освіта (Фізична культура)</b>		
Модулів – 1	Спеціальність <b>014 Середня освіта (Фізична культура)</b>	<b>Рік підготовки:</b>	
Змістових модулів – 2		3-й	3-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання		<b>Семестр</b>	
Загальна кількість годин - 120		6-й	6-й
Тижневих годин для денної форми навчання: 6-й семестр аудиторних – 3 самостійної роботи студента – 4	Освітній рівень: бакалавр	<b>Лекції</b>	
		26 год.	6 год.
		<b>Практичні, семінарські</b>	
		28 год.	12 год.
		<b>Лабораторні</b>	
		<b>Самостійна робота</b>	
		66 год.	102 год.
Вид контролю: екзамен			

### Примітка.

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

для денної форми навчання – 45% на 55%

для заочної форми навчання – 15% на 85%

### 3. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета** курсу – озброїти студентів факультету фізичного виховання теоретичними знаннями і практичними навичками, необхідними для науково обґрунтованого здійснення навчального і тренувального процесів, змагальної і спортивно-прикладної діяльності у фізичному вихованні, спорті та масовій фізичній культурі.

#### **Завдання**

1. Формувати знання про практичне значення топографічної підготовки майбутніх туристів і способи орієнтування на місцевості ;
2. Розв'язувати завдання по топографічним картам ;
3. Створювати топографічні карти;
4. Сприяти професійному самопізнанню й самовдосконаленню студентства.

Курс «Топографія та орієнтування» спрямований на формування у студентів таких компетентностей та результатів навчання:

*Загальні компетентності:*

**ЗК 5.** Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

**ЗК 8.** Здатність працювати в команді, виконувати роботу в групі під керівництвом лідера, мати навички, що демонструють здатність до врахування вимог трудової дисципліни і інтересів колективу.

*Спеціальні (професійні) компетентності:*

**СК 7.** Здатність оволодівати базовими і новими видами фізкультурної діяльності.

**СК 9.** Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей.

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

**СК 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 таборів.

*Програмні результати навчання:*

**ПРН 13.** 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 16.** 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.

**ПРН 24.** Здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурного та економічного контексту.

## **1. Програма навчальної дисципліни**

### **Змістовий модуль 1. Основи топографії і орієнтування.**

#### **Тема 1. Спортивне орієнтування як вид спорту. Історія виникнення і розвитку топографії.**

Зародження спортивного орієнтування в світі. Спортивне орієнтування в країнах Скандинавії та “соціалістичного табору” в середині ХХ століття. Утворення Міжнародної федерації орієнтування. Розвиток спортивного орієнтування в СРСР. Розвиток орієнтування в Україні. Історія формування орієнтування як виду спорту. Види орієнтування. Історія виникнення і розвитку топографії.

#### **Тема 2. Орієнтування на місцевості. Рух за азимутом.**

Визначення свого місцеположення відносно сторін горизонту. Орієнтування за компасом та картою, орієнтування без карти та компаса. Орієнтування за місцевими предметами. Визначення відстані.

Визначення магнітного азимута, виміри (за допомогою компаса, транспортира). Поновлення втраченого орієнтиру. Знаходження зворотного шляху за азимутами

#### **Тема 3. Топографічні карти і плани, рух по місцевості.**

Топографічні плани, туристичні карти та схеми мають загальну картографічну основу з топографічними картами. Але щоб вміти ними користуватися, потрібно знати їхні відмінності від топографічних карт й деякі особливості користування ними при орієнтуванні.

Підготовка карти до роботи. Масштаби: чисельні, лінійні. Орієнтування карти. Визначення на карті точки свого знаходження, рух за картою. Умовне позначення місцевих предметів. Розвідка на маршруті.

### **Змістовий модуль 2. Спортивне орієнтування.**

#### **Тема 4. Компас, умовні знаки, спортивні карти.**

Визначення сторін горизонту за допомогою компаса. Умовні знаки, їх поділ на групи. Масштабні, лінійні, точкові та поза масштабні знаки.

Читання карти розуміння умовних знаків (рельєф, скелі та каміння, гідрографія, рослинність, штучні об'єкти і знаки дистанції).

#### **Тема 5. Організація і проведення змагань зі спортивного орієнтування**

Підготовка до змагань зі спортивного туризму (положення, створення орг. комітету, визначення району змагань).

Організація старту та фінішу, обладнання дистанції з орієнтування у заданому напрямку та її проходження. Визначення результатів змагань. Медичне забезпечення змагань з орієнтування. Заходи безпеки при проведенні змагань та тренувань.

## 5. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин												
	денна форма						Заочна форма						
	усього	у тому числі					усь-ого	у тому числі					
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
<b>Модуль 1</b>													
<b>Змістовий модуль 1. Основи топографії і орієнтування.</b>													
<b>Тема 1.</b> Спортивне орієнтування як вид спорту. Історія виникнення і розвитку топографії.	20	4	4			12	20	2	2				16
<b>Тема 2.</b> Орієнтування на місцевості. Рух за азимутом.	20	4	4			12	20		2				18
<b>Тема 3.</b> Топографічні карти і плани, рух по місцевості.	20	6	6			8	20		2				18
<b>Разом за змістовим модулем 1</b>	60	14	14			32	60	2	6				52
<b>Модуль 2</b>													
<b>Змістовий модуль 2. Спортивне орієнтування</b>													
<b>Тема 4.</b> Компас. умовні знаки, спортивні карти.	30	6	8			16	30	2	2				26
<b>Тема 5.</b> Організація і проведення змагань зі спортивного орієнтування.	30	6	6			18	30	2	4				24
<b>Разом за змістовим модулем 2</b>	60	12	14			34	60	4	6				50
<b>Усього годин</b>	120	26	28			66	120	6	12				102

## 6. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
<b>3 курс</b>		
1.	Історія виникнення і розвитку топографії. Правила змагань із спортивного орієнтування.	4
2.	Орієнтування на місцевості. Рух за азимутом.	6
3.	Топографічні карти і плани, рух по місцевості.	6
4.	Умовні знаки. Будова компаса	6
5.	Організація і проведення змагань зі спортивного орієнтування	6
6.	Разом	28

## 7. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
<b>3 курс</b>		
1.	Тактико-технічні прийоми вибору руху.	18
2.	Визначення КП.	18
3.	Рельєф місцевості і його зображення на картах.	18
4.	Визначення точки знаходження.	16
5.	Вимірювання відстаней.	16
6.	Зворотній азимут.	16
7.	Разом	102



## **8. Індивідуальні завдання**

1. Що таке орієнтування на місцевості. Дайте визначення спортивного орієнтування.
2. Дайте характеристику основним видам орієнтирам.
3. Чим відрізняється загальне орієнтування від детального. Що таке КП.
4. Опишіть відомі вам типи компасів та прийоми роботи з ними.
5. Орієнтування без компасу та карти.
6. Які способи визначення відстані на місцевості вам відомі.
7. Що таке магнітний азимут як його вимірюють.
8. Опишіть послідовність руху за азимутом.
9. Як знайти зворотній азимут.
10. Що необхідно для підготовки карти до роботи.
11. Опишіть особливості руху за картою.
12. Як перейти від чисельного масштабу до лінійного.
13. Охарактеризуйте зміст рамочного оформлення спортивних карт.
14. Наведіть класифікацію умовних знаків спортивних карт.
15. Що позначається на картах зі спортивного орієнтування.
16. Як організувати змагання зі спортивного орієнтування.
17. Як відбувається визначення переможців змагань з спортивного орієнтування.
18. Топографічні плани, туристичні карти та схеми, спортивні карти.
19. Масштаби карт. Що називають горизонталями.
20. Визначення свого місцезнаходження на карті.
21. Поновлення втраченого орієнтира.

## **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.

### 9. Методи навчання

Словесні (пояснювально-ілюстративні та проблемні лекції), наочні (демонстрація таблиць і схем), практичні (розв'язування тестів, задач, практичних завдань на семінарських заняттях).

### 10. Методи контролю

Поточне й підсумкове тестування, опитування, перевірка рефератів та есе.

### 11. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота							Сума
Змістовий модуль № 1			Змістовий модуль № 2		Підсумковий тест (екзамен)	ІНДЗ	
T1	T2	T3	T4	T5			
5	10	10	10	10	40	15	100

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

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 D «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 FХ «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 павичок застосовування знань у практичних ситуаціях; демонструє; не виявляє творчі уміння застосування знань, навичок у навчально-дослідній та практичній діяльності.

**Оцінка F «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.

## 13. Рекомендована література

### Базова

1. Бондаренко Е.Л., Остроух В.І., Шевченко В. О. Топографія з основами геодезії / Методичні вказівки до виконання практичних робіт для студентів географічного факультету. - Вінниця: ДП "ДКФ", 2004. - 48 с
2. Булашев А.Я. Спортивный туризм. – Харьков, 2004. – С.192-235.
3. Глинський П. Умовні знаки, типові легенди. Львів, 2000
4. Грабовський Ю.А., Скалій О.В., Скалій Т.В. Спортивный туризм. Навчальний посібник. — Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2008. — 304 с.
5. Дехтяр В. Д. Основи спортивно-оздоровчого туризму. Навчальний посібник, К.: Науковий світ, 2003, 203 с.
6. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топографія й орієнтування в туристичній подорожі. - М.:ЦДЮТіК, 2002.
7. Пастух В.В., Виноградов Г.Ф. Основи топографії: Підручник. - К.: ВЦ 7 "Київський університет", 2000. - 372 с.
8. Правила змагань зі спортивного туризму. — К.: ВІС-А-ВІС, 2008. — 115 с.
9. Справочник туриста / Сост. В.В. Онищенко. — Харьков: Фолио, 2007. — 351 с.

10. Уїлсон Н. Керівництво по орієнтуванню на місцевості: Вибір маршруту та планування подорожі. Навігація за допомогою карт, компаса та природних об'єктів. – Нейл Уїлсон. - Пер. з англ. Д. Ткаченко. - М.: ФАИР ПРЕС, 2004. – 352 с.
11. Щур Ю.В., Дмитрук О. Ю. Спортивно-оздоровчий туризм, К.: Альтерпрес, 2002, 232 с.

#### **Додаткова**

1. 11000 + 1 совет туристу: Школа виживання / Авт.-сост. Н.Б. Садикова. — Минск: Современный литератор, 2005. — 352 с.
2. Барановський В.А. Екологічна географія і екологічна картографія. – Національна академія наук України. Рада по вивченню продуктивних сил України. - К.: - Фітосоціоцентр, 2001. - 250 с.
3. Картографія. Терміни та визначення. ДСТУ 2757-94. - К.: Держстандарт України, 1994.-96 с.
4. Козинець В.М. Безпека життєдіяльності у сфері туризму: Навч. пос. — К.: Кондор, 2006. — 576 с.
5. Шмаль С.Г. Військова топографія: Підруч. для слухачів і курсантів вищ. військ. навч. закл. – К.: Вид. Паливода А.В., 2003. – 280 с.

#### **14. Форма підсумкового контролю успішності навчання** Екзамен.

**15. Засоби діагностики успішності навчання**  
комплексні варіативні завдання для семінарських занять, завдання для індивідуальних навчально-дослідних завдань, завдання для підсумкового тестового контролю

#### **16. Інформаційні ресурси**

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