

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



Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Спортивно-оздоровчий туризм

Рівень вищої освіти	другий (магістр) рівень
Освітня програма	«Фізична культура і спорт»
Спеціалізація	017 – фізична культура і спорт
Спеціальність	017 – фізична культура і спорт
Галузь знань	<u>01 Освіта/Педагогіка</u>

Затверджено на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури Протокол № 4 від «20» листопада 2024 р.

м. Івано-Франківськ – 2024

ЗМІСТ

1.	Загальна інформація	3
2.	Анотація до навчальної дисципліни	3
3.	Мета та цілі навчальної дисципліни	3
4.	Програмні компетентності та результати навчання	3
5.	Організація навчання	4
6.	Система оцінювання навчальної дисципліни	6
7.	Політика навчальної дисципліни	8
8.	Ресурсне забезпечення	9

1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Спортивно-оздоровчий туризм
Викладач (і)	Роман РИМИК кандидат наук фізичного виховання і спорту, доцент
Контактний телефон викладача	+380509341387
Е-mail викладача	roman.rymyk@pnu.edu.ua
Формат дисципліни	Очний/заочний
Обсяг дисципліни	3 кредити ЄКТС, 90 год
Посилання на сайт дистанційного навчання	https://d-learn.pnu.edu.ua/
Консультації	Згідно графіка

2. Анотація до навчальної дисципліни

Дисципліна призначена для студентів першого курсу (магістри) рівня спеціальності 017 – фізична культура і спорт та введена у навчальний план з метою розширення і поглиблення знань, які складають загальнотеоретичний і методичний фундамент спеціальної освіти майбутніх вчителів з фізичної культури, тренерів-викладачів з виду спорту, менеджерів у сфері фізичної культури і спорту, фахівців фізкультурно-оздоровчого центру, фахівців з фізичної реабілітації та туристичної діяльності.

3. Мета та цілі навчальної дисципліни

Вибіркова навчальна дисципліна «Спортивно-оздоровчий туризм» спрямований сформувати професійні, організаційні, педагогічні, методичні знання, вміння і навички необхідні для роботи у сфері спортивно-оздоровчого туризму з учнівською і студентською молоддю в закладах вищої освіти та туристичних осередках країни, а також для самостійних занять видами туризму.

Метою навчальної дисципліни є сформувати професійні, організаційні, педагогічні, методичні знання, вміння і навички необхідні для роботи у сфері зимового та спортивно-оздоровчого туризму з молоддю в закладах вищої освіти.

Студенти повинні знати: законодавчу базу, суспільні функції, систему управління туризмом; зміст і особливості різновидів туризму; туристичні ресурси України; організаційні засади проведення туристичної роботи; вимоги до безпеки туристичної діяльності; основи програмування навантажень та контролю їх впливу на організм людини.

Студенти повинні вміти: організовувати туристські мандрівки з пішого, водного, і спелеотуризму; організувати туристські злети і змагання з різних видів туризму; організувати управлінську діяльність у низових туристичних колективах різного типу.

4. Програмні компетентності та результати навчання

Компетентності
<p>ІК. Здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту.</p> <p>ЗК1. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.</p> <p>ЗК5. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).</p> <p>ЗК6. Здатність розробляти проекти та управляти ними.</p> <p>СК2. Здатність розробляти та реалізовувати інноваційні проекти у сфері фізичної культури і спорту.</p>

<p>СК5. Здатність розв'язувати проблеми у сфері фізичної культури та спорту у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності.</p> <p>СК8. Здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту.</p>
Програмні результати навчання
<p>ПРН2. Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби.</p>

5. Організація навчання

Обсяг навчальної дисципліни	
Вид заняття	Загальна кількість годин
лекції	12
семінарські заняття / практичні / лабораторні	18
самостійна робота	60

Ознаки навчальної дисципліни			
Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий
2	017 – фізична культура і спорт	1	Вибірковий

Тематика навчальної дисципліни			
Змістовний модуль 1. Організаційні основи спортивно-оздоровчого туризму.	Кількість год.		
	лекції	практичні	сам. роб
Тема			
Тема 1 Введення в предмет «Спортивно-оздоровчий туризм».	2		4
Тема 2. Туризм як соціальне явище, історія його виникнення і розвитку.	2		4
Тема 3. Характеристика основних видів зимового та спортивно-оздоровчого туризму і їх класифікація. Туристські ресурси України.	2		4
Тема 4. Організація і управління зимовими та спортивно-оздоровчими туристськими походами.		2	6
Тема 5. Організація побуту, харчування, постачання в туристському поході. Проведення пробного навчально-тренувального заняття.		2	6
Тема 6. Теоретико-методичні основи організації спортивно-оздоровчого туризму. Проведення пробного навчально-		4	6

тренувального заняття.				
Змістовний модуль 2. Основні форми спортивно-оздоровчого туризму.		лекції	практичні	сам. роб
Тема 7. Туризм в системі виховання учнівської і студентської молоді		2		4
Тема 8. Організація і здійснення масових туристських заходів.		2	2	4
Тема 9. Зміст і методи загальної фізичної підготовки туристів.		2	2	4
Тема 10. Завдання, зміст та методи проведення навчально-тренувальних занять. Проведення пробного навчально-тренувального заняття.			2	6
Тема 11. Критичні ситуації в туристському поході та їх подолання. Проведення пробного навчально-тренувального заняття.			2	6
Тема 12. Методика проведення туристських змагань. Основні правила і прийоми надання першої медичної допомоги. Проведення пробного навчально-тренувального заняття.			2	6
ВСЬОГО		12	18	60

6. Система оцінювання освітньої компоненти

Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу

Види навч. роботи	Графік навчального процесу															ІЗ	ПН	Разом	
	Номер заняття								КСР	Номер заняття									
	1	2	3	4	5	6	7	8		1	2	3	4	5	6				7
Т	100	100	100	100	100	100	100	100		100	100	100	100	100	100	100			10
УВ	100	100	100	100	100	100	100	100		100	100	100	100	100	100	100			20
ПН	100	100	100	100	100	100	100	100		100	100	100	100	100	100	100		100	50
СР																	100	100	20
Екзамен																			
Разом																		100	

Примітка. Позначено:

Т – тестовий контроль знань;

УВ – усна відповідь;

ПН – практичні навички;

СР – самостійна робота;

КСР - контроль самостійної роботи.

Загальна система оцінювання навчальної дисципліни	Оцінювання здійснюється відповідно до: Положення про організацію освітнього процесу та розробку основних документів з організації освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора № 417 від 03.07.2023 р.) ; Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309).		
	Накопичування балів під час вивчення дисципліни		
	Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів	
	Практичні навички	Робота на парах	50
	Теоретичні знання	Тестування, усна відповідь	30

	Самостійна робота	Індивідуальні завдання, КСР	20
	Екзамен		
	Максимальна кількість балів		100
Вимоги до письмових робіт	<p>Система оцінювання знань студентів з навчальної дисципліни включає поточний та семестровий контроль знань. При поточному контролі оцінюються: систематичність роботи на практичних заняттях, рівень знань, продемонстрований у відповідях і виступах, активність при обговоренні питань, результати виконання і захисту практичних робіт, експрес-контролю у формі тестів тощо. Оцінювання успішності студентів на практичних заняттях відбувається за 100 бальною шкалою.</p> <p>Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни складається із математичної суми балів, набраних під час семестру – 50% і під час іспиту 50%.</p> <p>Сума балів, набрана під час семестру, складається із оцінок за практичні заняття (теоретичні знання, практичні навички) – 40, контроль самостійної роботи (індивідуальні завдання, КСР) – 10.</p> <p>Максимальна кількість балів, який студент може отримати за роботу на практичних заняттях протягом семестру 40 (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,40)</p> <p>Максимальна кількість балів, які студент може отримати за самостійну роботу – 10 (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,10, відповідно максимальний бал за самостійну роботу може скласти 10 балів);</p> <p>Також за рішенням кафедри теорії та методики фізичної культури 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 «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника» (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 4</p>		
Практичні заняття	<p>Оцінювання відповідей студентів на практичних заняттях відбувається за 100 бальною шкалою.</p> <p><i>90–100 балів</i> – Студент має глибокі міцні і системні знання з пройденого теоретичного та практичного матеріалу, склав контрольні нормативи встановлені навчальною програмою із зимових видів спорту. Та на належному рівні готує та проводить окремі частини заняття; уміє здійснювати чіткий, зразковий показ і пояснення фізичних вправ та елементів техніки зимових видів спорту.</p> <p><i>80–89 балів</i> – Студент має міцні ґрунтовні знання, виконує теоретичну та практичну роботу без помилок, але може допустити незначні помилки при виконанні залікових вправ, та самостійному проведенні занять; уміє здійснювати чіткий показ і пояснення фізичних вправ та елементів техніки зимових видів спорту.</p> <p><i>70–79 балів</i> – Студент знає програмний матеріал повністю, має практичні навички щодо проведення занять із зимових видів спорту, але не вміє самостійно та творчо мислити, не може вийти за межі теми; уміє здійснювати чіткий показ фізичних вправ та елементів техніки зимових видів спорту, однак допускає термінологічні помилки поясненні.</p> <p><i>60–69 балів</i> – Студент знає основні теми курсу, має уявлення про структуру та</p>		

	<p>методик проведення занять з окремих зимових видів спорту, але його знання мають загальний характер. Вміє провести різні частини занять. Володіє знаннями та вміннями показу фізичних вправ та елементів техніки зимових видів спорту не в повному обсязі.</p> <p><i>50–59 балів</i> – Студент знає основні теми курсу, має уявлення про структуру та методик проведення окремих занять, але його знання мають загальний характер. Має прогалини в теоретичному курсі та в практичних вміннях та навичках показу фізичних вправ та елементів техніки зимових видів спорту.</p> <p><i>25–49 балів</i> – Студент має фрагментарні знання з усього курсу. Не володіє термінологією, оскільки понятійний апарат не сформований. Не вміє провести окремі частини заняття, та викласти програмний матеріал. Практичні вміння та навички на примітивному рівні.</p> <p><i>менше 25 балів</i> – Студент повністю не знає програмного матеріалу, не працював в аудиторії та спортивному залі з викладачем або самостійно.</p>
Умови допуску до підсумкового контролю	<p>Студент допускається до підсумкового контролю за умови:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) виконання всіх видів робіт, передбачених програмою навчальної дисципліни: виконання усіх практичних робіт згідно протоколів; виконання контрольних робіт на 50 і більше балів; здачі КСР на 50 і більше балів. 2) відпрацювання пропущених занять; 3) якщо за час вивчення дисципліни набрав не менше 25 балів.
Підсумковий контроль	<p>Форма підсумкового контролю – екзамен. Оцінка за іспит формується із суми відповідей студентів на 3 основні запитання та 2 додаткові (по 10 балів за кожне запитання), або, за вимогою – на основі результатів тестування (максимальна оцінка за тести – 50 балів)</p>

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	A	відмінно	зараховано
80 – 89	B	добре	
70 – 79	C	задовільно	
60 – 69	D		
50 – 59	E		
26 – 49	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-25	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

7. Політика навчальної дисципліни

Письмові роботи	<p>Письмово виконуються контрольні роботи, які проводяться у вигляді тестового контролю рівня знань студентів на паперових носіях (або в системі дистанційного навчання). Під час контрольної роботи студент отримує 25-50 тестів, на розв'язання кожного з яких надається 1 хвилина. Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою у % правильних відповідей.</p>
Академічна доброчесність	<p>Дотримання академічної доброчесності засновується на низці положень та принципів академічної доброчесності, що регламентують діяльність здобувачів вищої освіти та викладачів університету:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Кодекс честі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника ➤ Положення про запобігання академічному плагіату в Прикарпатському

	<p>національному університеті імені Василя Стефаника</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника ➤ Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі здобувачів освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника ➤ Склад комісії з питань етики та академічної доброчесності Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника ➤ Лист МОН України “До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності”. <p>Ознайомитися з цими положеннями та документами можна за посиланням: https://pnu.edu.ua/polozhennia-pro-zapobihannia-plahiatu/</p>
Відвідування занять	<p>Організація освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті визначається Положенням про організацію освітнього процесу та розробку основних документів з організації освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора № 417 від 03.07.2023 р.):</p> <p>Пропуски семінарських, практичних, лабораторних занять відпрацьовуються в обов’язковому порядку. Студент зобов’язаний відпрацювати пропущене заняття, щоб бути допущеним до здачі екзамену. Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника» (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 7.</p> <p>Ознайомитися з положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</p>
Неформальна освіта	<p>Можливість зарахування результатів неформальної освіти регламентується «Положення про визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної освіти, в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника» (введено в дію наказом ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 24 листопада 2022 р. № 672) - https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</p>

8. Ресурсне забезпечення

Матеріально-технічне забезпечення
Мультимедіа (відеофайли, рисунки, схеми), таблиці та інше, лижне спорядження
Література
Основна
<ol style="list-style-type: none"> 1. Блистів Т. В. Теорія і практика туристичних походів: навч. посіб. / Т.В. Блистів І.І. Горбацьо, О.В. Нужний – Л. : НВФ « Українські технології», 2006. – 132 с. 2. Грабовський Ю. А. Спортивний туризм: навч. посібник / Ю. А. Грабовський, О. В. Скалій, Т. В. Скалій. - Тернопіль : ТНПУ, 2007. - 302 с. 3. Дехтяр В. Д. Основи оздоровчо-спортивного туризму: навч. посіб. для зал. освіт. / В. Д. Дехтяр. – К.: Наук. світ, 2003. – 203 с. – Бібліогр.: с. 200.

4. Дмитрук О. Ю. Спортивно-оздоровчий туризм : навч. посібник / О. Ю. Дмитрук, Ю. В. Шур. - 2-ге вид., перероб. та доповн. -К. : Альтепрес, 2008. - 280 с.: іл.
5. Закон України “Про туризм” (1995 р.)
6. Заколайло С. Безпека туристичного походу / С. Заколайло, М. Шульга, М. Зубалій // Гуманітарний вісник Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди : науково-теоретичний збірник. - К.: КИТ, 2004. - С. 127-131.
7. Зеленін С. М. Основи туризму: посібник / С. М. Зеленін, В. В. Ні кольський. – К. «Здоров'я», 1975. – 240 с.
8. Ільницький В. І. Основи медичних знань туриста / В. І. Ільницький, М. І. Рафалюк, Н. М. Цимбал, У. В. Ільницька. – Тернопіль. : навчальна книга – Богдан. – 2007. – 149 с.
9. Кифяк В. Д. Організація туризму: навчальний посібник / В. Д. Кифяк . – Чернівці: Книги – ХХІ, 2008. – 344 с.
10. “Національна програма розвитку туризму до 2005 року”
11. “Правила проведення туристських подорожей з учнівською та студентською молоддю України” (1999р.)
12. “Правила проведення спортивних походів”.
13. Луцький Я. Основи шкільного туризму : навчальний посібник / Я. Луцький, В. Луцький. - Івано-Франківськ : «Місто НВ» - 2008. - 137 с.
14. Шур Ю.В., Дмитрук О.Ю. Спортивно–оздоровчий туризм: Навчальний посібник.-К.: Альтепрес, 2003. - 232 с.
15. Приступа Є.Н. Фізична рекреація : навч. посіб. для сту. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / авт.. кол.: Приступа ЄН., Жданова О.М., Линець М.М., [та ін.] ; за наук.ред. Євгена Приступи. – Л.: ЛДУФК, 2010. – 447 с.

Додаткова:

1. Болотов Б.В. Я навчу вас не хворіти і не старіти. – К.: Інформ – Україна, 1992. – 42 с.
2. Загальна Декларація прав людини (1948р.).
3. Манільська декларація зі світового туризму (1980).
4. “Хартія туризму” (1985р.)
5. Програма “Порядок денний на 21-ше сторіччя” (1992р.)
6. Конвенція з охорони біорізноманітності (1992р.)
7. “Конституція України”
8. “Основи законодавства України про охорону здоров'я” (1992 року)
9. Закон України “Про фізичну культуру і спорт” (1993 року)
10. Земельний кодекс України (1995 р.)
11. Закон України “Про сприяння соціальному становленню та розвитку молоді України” (1993 р.)
12. Закон “Про охорону навколишнього середовища” (1991 р.)
13. Лісовий кодекс України (1994 р.)
- Закон “Про природно-заповідний фонд України” (1992 р.)