



Міністерство освіти і науки України  
Український державний університет  
імені Михайла Драгоманова  
*Природничий факультет*  
*Кафедра туризму*

**СИЛАБУС**  
**Вибіркової навчальної дисципліни**

**Оздоровчо-спортивний туризм**

(назва дисципліни, шифр за навчальним планом)

**освітньої програми** «Туризм»  
(назва)

**галузі знань** 24 «Сфера послуг»  
(шифр і назва галузі знань)

**спеціальності** 242 «Туризм»  
(код і назва спеціальності)

**освітнього рівня** бакалавр  
(бакалавр/магістр)

**II рік, 4 семестр**

(рік вивчення дисципліни за навчальним планом, семестр)

## I. Опис дисципліни

Навчальне навантаження з дисципліни		Методи навчання і форми контролю
Кількість кредитів - 3		<i>Методи навчання:</i> лекції та практичні заняття, індивідуальна робота в аудиторіях, за допомогою технологій дистанційного навчання Moodle, Google Meet, самостійна робота.
Загальна кількість годин - 90		
<i>Денна</i>	<i>Заочна</i>	
<b>Лекції:</b>		
17	6	
<b>Семінарські (практичні) заняття:</b>		
17	4	<i>Форми поточного контролю:</i> <i>Модульна контрольна робота, Розрахунково-графічні роботи та доповіді, Реферат</i>
<b>Лабораторні заняття:</b>		
-		
<b>Самостійна робота:</b>		
56	80	
<b>Співвідношення аудиторних годин і годин СРС:</b>		
34/76	10/80	<i>Форма підсумкового контролю: залік</i>
<b>Тижневе навантаження (год.)</b>		
- аудиторне: 2 - самостійна робота: 10		
<b>Мова навчання – українська</b>		

**Предмет вивчення навчальної дисципліни «Оздоровчо-спортивний туризм»:** реалізація функції культурного удосконалення фізичних якостей людини та функція розвитку соціально-значущих природних задатків людини і суспільства з природним середовищем.

**Міждисциплінарні зв'язки:** «Фізичне виховання», «Туристське країнознавство», «Іноземна мова», «Туристичні карти та атлас з основами топографії», «Туристсько-рекреаційні ресурси України», «Туристсько-рекреаційні ресурси світу», «Географія туризму», «Міжнародний туризм».

**Мета і завдання навчальної дисципліни.** *Метою є:* є надання студентам науково-професійних знань з теорії, методики підготовки заходів оздоровчо-спортивного туризму, сформувати необхідні уміння, навички організації туристичної роботи з різними верствами населення та різних видів туризму. *Основними завданнями є:* ознайомлення з історією розвитку оздоровчо-спортивного туризму; вивчення документів, що спрямовують діяльність у сфері оздоровчо-спортивного туризму; формування уявлення про особливості та специфіку оздоровчо-спортивного туризму; формування умінь та навичок використання засобів оздоровчо-спортивного туризму для організаційної, навчальної та виховної роботи з дітьми, молоддю та іншими верствами населення; оволодіння технікою і тактикою оздоровчо-спортивного туризму та орієнтування на місцевості; оволодіння методикою організації та проведення туристських походів та інших туристських заходів.

## II. Основні результати навчання та компетентності, які вони формують:

№ з/п	Результати навчання	Компетентності
1	<b>Знати:</b> становлення оздоровчо-спортивного туризму та його розвиток, теорію заходів оздоровчо-спортивного туризму <b>Вміти:</b> оформлювати маршрутну документацію на проведення туристської подорожі з активним способом пересування.	<b>Інтегральна компетентність:</b> володіння основними методами організації безпеки під час турпоходу; здатність орієнтуватися на різних типах місцевості; готовність до співпраці з інструктором туризму при організації та проведенні турпоходів, турзлетів, змагань.
2	<b>Знати:</b> нормативно-правову базу та кадрове	<b>Загальні компетентності:</b>

	забезпечення краєзнавчо-туристичної діяльності, методику підготовки заходів оздоровчо-спортивного туризму. <b>Вміти:</b> описувати продукти харчування для походу, рекомендації відносно майбутнього маршруту походу його запасні варіанти.	здатність програмувати навантаження в турпоходах та здійснювати контроль за його впливом на організм; здатність організувати підготовку до ступеневого туристичного походу; здатність організувати облаштування біваку, підготовку харчування в турпоході; здатність організувати при співпраці з інструктором рятувальні роботи та першу медичну допомогу; здатність апелювати нормативні документи туристичної індустрії.
3	<b>Знати:</b> класифікацію видів туризму та їх специфічні відмінності, техніку і тактику оздоровчо-спортивного туризму, основи топографії та орієнтування. <b>Вміння:</b> організувати навчально-виховну роботу з дітьми, молоддю та іншими верствами населення, організувати підготовку до тематичних краєзнавчо-туристичних подорожей	<b>Фахові компетентності:</b> здатність до складання плану походу, визначення цілей, складання кошторису, підбір групи учасників походу; здібність до розподілу обов'язків серед учасників походу; здібність до визначення району подорожей та збір відомостей про район подорожі; здатність до інтелектуального, культурного, етичного, фізичного і професійного саморозвитку та самовдосконалення, здатність до створення, просування та реалізації якісного туристичного продукту.

### III. Тематичний план дисципліни

№ з/п	Назви модулів і тем	Кількість годин денна форма навчання					Кількість годин заочна(вечірня) форма навчання				
		Аудиторні	Лекції	Практичні (семінарські)	Лабораторні	СРС	Аудиторні	Лекції	Практичні (семінарські)	Лабораторні	СРС
<i>Змістовий модуль 1. Оздоровчо-спортивний туризму як соціальне явище та підготовка до турпоходу</i>											
1.1	Тема 1. Туризм в системі виховання дітей та молоді	2	1	1		3					5
1.2	Тема 2. Інструктивно-нормативна база туризму	2	1	1		3					5
1.3	Тема 3. Організаційна підготовка до туристського походу	2	1	1		3	2	1	1		3
1.4	Тема 4. Туристське спорядження	2	1	1		3	1	1			4
1.5	Тема 5. Топографічна підготовка туриста	2	1	1		3	1		1		4
1.6	Тема 6. Харчування у туристських походах	2	1	1		3	2	1	1		3
1.7	Тема 7. Особиста гігієна і фізична підготовка туриста	2	1	1		3					5
1.8	Тема 8. Долікарняна допомога у туристських походах	2	1	1		3	1		1		4
1.9	Тема 9. Психологічний клімат у туристській групі	2	1	1		3	1	1			4
	Разом за змістовий модуль 1	18	9	9		27	8	4	4		37
<i>Змістовий модуль 2. Туристський похід та туристські заходи</i>											
2.1	Тема 10. Забезпечення безпеки у туристському поході	2	1	1		3					5
2.2	Тема 11. Туристська група у поході	2	1	1		4					6

2.3	Тема 12. Організація туристського привалу	2	1	1		5				7
2.4	Тема 13. Підведення підсумків туристського походу	2	1	1		4				6
2.5	Тема 14. Туристсько-краєзнавча подорож	2	1	1		5	1	1		6
2.6	Тема 15. Туристські зльоти і змагання	2	1	1		5				7
2.7	Тема 16. Особливості організації та проведення походів із різних видів туризму	4	2	2		3	1	1		6
	Разом за змістовий розділ 2	16	8	8		29	2	2		43
	<b>Разом:</b>	<b>34</b>	<b>17</b>	<b>17</b>		<b>56</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>80</b>

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 3 кредити ЄКТС 90 годин

#### **IV. Зміст навчальної дисципліни за модулями і темами:**

##### **Змістовий модуль 1. Оздоровчо-спортивний туризм як соціальне явище та підготовка до турпоходу**

###### *Тема 1. Туризм в системі виховання дітей та молоді.*

Вплив занять спортивним туризмом на здоров'я людини. Значення шкільного туризму у туризму формуванні суттєвих для життя вмінь та навичок. Історія шкільного туризму, його розвиток та сучасний стан в Україні. Класифікація походів, їх специфічні відмінності. Заходи по забезпеченню безпеки туристів.

###### *Тема 2. Інструктивно-нормативна база туризму.*

Нормативно-правова база туристської діяльності. Основні положення Закону України "Про туризм", Інструкція МОН України «Правила проведення туристських походів, експедицій і екскурсій з учнівською і студентською молоддю України». Оформлення маршрутної документації на проведення туристської подорожі з активним способом пересуванням. Складання плану походу. Визначення цілей походу. Підбір групи учасників походу. Розподіл обов'язків серед учасників походу. Визначення району подорожей та збір відомостей про район подорожі. Розробка маршруту. Складання кошторису походу.

###### *Тема 3. Організаційна підготовка до туристського походу.*

Загальні вимоги щодо організації та проведення спортивних туристських походів. Основні положення формування туристської групи. Керівник походу, його відповідальність і обов'язки. Кількісний склад туристської групи. Вимоги до учасників походу. Обов'язки учасників походу. Розподіл обов'язків у туристській групі.

###### *Тема 4. Туристське спорядження*

Туристське спорядження і вимоги до нього. Особисте спорядження. Групове спорядження. Спеціальне спорядження. Вибір та підготовка спорядження відповідно до умов і характеру туристської подорожі. Порядок укладання рюкзака. Порядок установки намету.

###### *Тема 5. Топографічна підготовка туриста*

Значення топографічної підготовки туриста. Умовні знаки спортивних та туристських карт. Спортивний компас. Орієнтування на місцевості. Способи орієнтування на місцевості. Рух за азимутом. Маршрутна стрічка. Окомірна зйомка. Складання плану місцевості. Спортивне орієнтування та його види. Орієнтування у заданому напрямку. Орієнтування за вибором. Орієнтування по розміченій трасі. Технічні прийоми в орієнтуванні. Орієнтування по площинних та лінійних орієнтирах. Вимірювання відстаней.

###### *Тема 6. Харчування у туристських походах*

Організація харчування – одна з найважливіших умов проведення походу. Залежність організації харчування від умов і характеру походу. Калорійність харчування. Енергетична цінність їжі в умовах походу. Розподіл калорійності добового раціону туриста. Хімічний

склад продуктів. Найважливіші елементи у хімічному складі продуктів (білки, жири, вуглеводи) і їх співвідношення у добовому раціоні туриста. Добовий раціон туриста і його розрахунок, виходячи із середньої норми продуктів на туриста вдень. Особливості використання основних видів продуктів в умовах походу.

#### *Тема 7. Особиста гігієна і фізична підготовка туриста*

Особиста гігієна туриста – найважливіший захід профілактики захворювань, збереження бадьорості і гарного настрою у поході. Особиста гігієна в умовах туристського привалу. Режим перебування на сонці в умовах походу. Різні види загартування. Особливості загартування водою і повітрям. Значення фізичної підготовки туриста. Фізична підготовленість туриста як засіб усунення причин травматизму. Значення ранкової гімнастики для фізичної підготовленості туриста. Виконання нормативів комплексу ГПО. Здача нормативів на значок «Юний турист», «Турист». Спеціальні вправи, які моделюють рухи, зусилля і навантаження на частини тіла в умовах походу.

#### *Тема 8. Долікарняна допомога у туристських походах*

Обов'язки санітара у поході. Санітарний блокнот. Похідна аптечка. Основні види травми і ознаки захворювання у туристичному поході. Причини їх виникнення та способи надання першої долікарняної допомоги. Способи зупинки кровотечі. Допомога методом штучного дихання. Накладання шини. Санітарні бинтові пов'язки, їх види та способи їх накладання.

#### *Тема 9. Психологічний клімат у туристській групі*

Психолого-педагогічні та медико-фізіологічні аспекти проведення походу. Поняття психологічного клімату туристської групи. Конфлікти, причини їх виникнення та способи усунення. Психологічна тактика керівника групи. Особливості психології малих груп

## **Змістовий модуль 2. Туристський похід та туристські заходи**

#### *Тема 10. Забезпечення безпеки у туристському поході*

Безпека – основна і найважливіша вимога до походів. Вимоги до безпеки туристської діяльності. Небезпека явна та уявна. Суб\*ективні причини небезпеки у поході. Об\*ективні причини небезпеки у поході. Вірогідні екстремальні ситуації у туристському поході та шляхи і способи виходу з них.

#### *Тема 11. Туристська група у поході*

Залежність рівня підготовки учасників походу від категорії складності походу. Орієнтовні норми навантаження туристів у походах. Особливості підночного привалу. Техніка і тактика руху. Техніка пересування у поході – вироблення економного руху. Залежність темпу руху від особливостей пересування (рух по рівній місцевості, рух вгору, рух на спусках). Долання різних перешкод. Основні туристичні вузли і їх призначення. Техніка зав'язування вузлів.

#### *Тема 12. Організація туристського привалу*

Особливості організації місця відпочинку туристів. Вимоги до місця організації туристського привалу. Обов'язки членів туристської групи під час привалу. Вибір місця для туристського намету та порядок його встановлення. Види вогнищ та порядок їх облаштування. Особливості приготування на вогнищі страв. Санітарні вимоги до місця облаштування привалу. Порядок і вимоги до згортання привалу.

#### *Тема 13. Підведення підсумків туристського походу*

Форми підведення підсумків походу. Загальний звіт та його зміст. Технічний звіт та його зміст ( відомості про район подорожі, відомості про похід, технічний опис подорожі, таблиця денних переходів, список особистого і групового спорядження, опис продуктів харчування, висновок і рекомендації відносно маршруту походу та його варіантів, опис

дослідницької і суспільно корисної роботи у поході). Порядок підготовки фінансового звіту. Польовий щоденник походу та порядок його ведення.

*Тема 14. Туристсько-краєзнавча подорож*

Значення тематичних краєзнавчо-туристичних подорожей та особливості їх організації. Методика вивчення об'єктів і подій під час подорожі (історичних подій, архівних джерел, архітектурних пам'ятників, пам'ятних місць тощо). Складання календаризованого плану туристської подорожі. Схема маршруту подорожі. Форми туристичного дозвілля під час подорожі. Розробка сценарію краєзнавчого вечора за матеріалами краєзнавчо-туристичної подорожі. Практична конференція за матеріалами подорожі.

*Тема 15. Туристські зльоти і змагання*

Зльоти як форма туристичної роботи. Змістовність як одна з вимог, що ставляться перед туристським зльотом. Положення про туристський зліт. Підготовка до зльоту. Штаб зльоту та повноваження його членів. Проведення зльоту. Програма змагань. Підготовка та проведення змагань з техніки туризму комбінованого туристського маршруту. Ігри та ігрові завдання в програмі туристських змагань. Конкурсна програма під час проведення туристського зльоту. Суддівські та господарські служби туристського змагань.

*Тема 16. Особливості організації та проведення походів із різних видів туризму*

Особливості проведення велосипедних подорожей. Одяг. Маршрут та графік руху. Заходи безпеки у велоподорожі. Догляд за велосипедом та його поточний ремонт. Орієнтування в подорожі. Регулярна перевірка велосипеда, догляд за ним та зберігання. Водний туризм та особливості його організації. Маршрут та графік руху. Підготовка водної подорожі Рух по маршруту. Орієнтування у водній подорожі. Засоби особистої безпеки кожного учасника. Вимоги до організації гірських походів. Підготовка до подорожі. Вибір шляху та режим руху. Страхування і самострахування. Одночасне, поперединне страхування. Організація точок страхування.

## **V. Завдання до самостійної роботи студентів та форми контролю за їх виконанням**

<b>№ з/п</b>	<b>Назви модулів і тем</b>	<b>Зміст завдань до СРС</b>	<b>Форми виконання/звітності</b>
<i>1</i>	<i>Оздоровчо-спортивний туризм як соціальне явище та підготовка до турпоходу</i>		
	Тема 1. Туризм в системі виховання дітей та молоді	Спортивно-оздоровчий туризм в системі туристсько-краєзнавчої діяльності	Реферат
	Тема 2. Інструктивно-нормативна база туризму	Діяльність Федерації спортивного туризму України	МКР
	Тема 3. Організаційна підготовка до туристського походу	Розрахунково-графічна робота № 1 (завдання 1 – заочна форма)	Доповідь
	Тема 4. Туристське спорядження	Розрахунково-графічна робота № 1, завдання 4	Доповідь
	Тема 5. Топографічна підготовка туриста	Розрахунково-графічна робота № 2 (Розрахунково-графічна робота № 1, завдання 2 – з.ф.)	Доповідь
	Тема 6. Харчування у туристських походах	Розрахунково-графічна робота № 3 (Розрахунково-графічна робота № 2, завдання 3 – з.ф.)	Доповідь
	Тема 7. Особиста гігієна і фізична підготовка туриста	Розрахунково-графічна робота № 2, завдання 1, 2	Доповідь
	Тема 8. Долікарняна допомога у туристських походах	Розрахунково-графічна робота № 4 (Надання долікарняної допомоги при різних видах травм – з.ф.)	Доповідь

	Тема 9. Психологічний клімат у туристській групі	Психологічний клімат туристичної групи	МКР
2	<i>Туристський похід та туристські заходи</i>		
	Тема 10. Забезпечення безпеки у туристському поході	Безпека спортивно-оздоровчих подорожей	МКР
	Тема 11. Туристська група у поході	Розрахунково-графічна робота № 5,6 (Особливості організації та проведення спортивного орієнтування – з.ф.)	Доповідь
	Тема 12. Організація туристського привалу	Розрахунково-графічна робота № 7 (Методичні засади організації подорожей з активними засобами пересування – з.ф.)	Доповідь
	Тема 13. Підведення підсумків туристського походу	Особливості організації туристсько-краєзнавчого циклу	МКР
	Тема 14. Туристсько-краєзнавча подорож	Орієнтування на місцевості за допомогою природних орієнтирів	МКР
	Тема 15. Туристські зльоти і змагання	Спортивне орієнтування та методика в'язання вузлів під час розробленого маршруту (Специфічні риси організації туристських зльотів та змагань – з.ф.)	МКР
	Тема 16. Особливості організації та проведення походів із різних видів туризму	Правила проведення туристичних подорожей	МКР

## VI. Контроль якості знань студентів

5.1. *Форми і методи поточного контролю та критерії оцінювання знань студентів (розподіл балів за кожен вид навчальної роботи студентів протягом семестру)*

1. Розрахунково-графічна робота – 4 балів
2. МКР – 10 балів
3. Доповідь – 2 бали
4. Реферат – 10 балів
5. Захист розробленого туристського маршруту – 38 балів

Поточний контроль														Сума	
Змістовий модуль 1		Змістовий модуль 2							Змістовий модуль 3				Змістовий модуль 4		
T1.1	T1.2	T2.1	T2.2	T2.3	T2.4	T2.5	T2.6	T2.7	T3.1	T3.2	T3.3	T3.4	T4.1	T4.2	
3	3	5	5	10	5	10	4	4	3	3	3	3	4	35	100

Критерії оцінювання кожного завдання відповідно до підсумкової оцінки з дисципліни:

Сума балів	Оцінка ECTS	Загальні критерії оцінювання навчальних досягнень студентів
90–100	A	Студент добре засвоїв теоретичний матеріал, глибоко і всебічно знає зміст навчальної дисципліни, основні положення рекомендованих навчальних і наукових першоджерел, висловлює свої міркування з приводу тих чи інших проблем, логічно мислить і будує відповідь, демонструє високий рівень засвоєння практичних умінь та навичок.
80–89	B	Студент засвоїв теоретичний матеріал і добре знає зміст навчальної дисципліни, основні положення рекомендованих навчальних і наукових першоджерел, логічно мислить і будує відповідь, демонструє вміння і навички використання теоретичних знань для розв'язання практичних

		завдань, але припускається неточностей і помилок.
70–79	C	Студент опанував теоретичними знаннями навчальної дисципліни, орієнтується у рекомендованих навчальних і наукових першоджерелах, логічно мислить і будує відповідь, демонструє вміння і навички використання теоретичних знань для розв'язання практичних завдань, але відповідає недостатньо аргументовано, логічно і послідовно
65–69	D	Студент має посередні знання навчального матеріалу, слабо орієнтується у рекомендованих навчальних і наукових першоджерелах, порушує логіку і послідовність відповіді, припускається суттєвих неточностей і помилок, слабо застосовує теоретичні знання при розв'язанні практичних завдань.
60–65	E	Студент має посередні знання навчального матеріалу, погано орієнтується у рекомендованих навчальних і наукових першоджерелах, відповідає непереконливо, припускається суттєвих неточностей і помилок, плутає поняття, погано вміє застосовувати теоретичні знання при розв'язанні практичних завдань.
35–59	FX	Студент не опанував навчальним матеріалом дисципліни, майже не орієнтується у рекомендованих навчальних і наукових першоджерелах, відповідає непереконливо, припускається суттєвих неточностей і помилок, не вміє застосовувати теоретичні знання при розв'язанні практичних завдань.
00–34	F	Студент не знає значну частину навчального матеріалу і має фрагментарні знання теоретичного матеріалу, не орієнтується у рекомендованих навчальних і наукових першоджерелах, не має практичних вмінь і навичок розв'язання практичних завдань

### 5.2. *Форми і методи підсумкового контролю та критерії оцінювання знань студентів*

Підсумковий семестровий контроль проводиться у формі заліку. Підсумкова оцінка за опанування курсу визначається як сума результатів поточного оцінювання (заліку). Поточна успішність з дисципліни оцінюється від 0 до 100 балів включно. Максимальний загальний бал оцінювання складає 100 балів. Студент одержує допуск до складання заліку, якщо за результатами поточного контролю він набрав 35 і більше балів. Якщо студент протягом семестру набрав від 0 до 34 балів, він має можливість пройти повторне вивчення навчальної дисципліни відповідно до порядку, визначеного в університеті і перескласти підсумковий контроль на загальних підставах.

#### **Накопичення балів протягом семестру (підсумковий рейтинговий бал)**

№ з/п	Вид діяльності	Коефіцієнт (вартість виду)	Кількість робіт	Сума балів
1	Розрахунково-графічна робота	4	7	28
2	Доповідь	2	7	14
3.	Реферат	10	1	10
4.	МКР	10	1	10
5.	Захист розробленого маршруту	35	1	38
Підсумковий рейтинговий бал (залік)				100

## **VII. Інформаційні джерела для вивчення курсу.**

### *Основні*

1. Білодід А. О., Дем'яник М. В., Кисличенко Л. А. Одноденний туристський похід: краєзнавчий аспект. Пріоритети розвитку педагогічних та психологічних наук у XXI столітті: Збірник наукових робіт учасників міжнародної науково-практичної конференції (15–16 березня 2019 р., м. Одеса). – Одеса: ГО «Південна фундація педагогіки», 2019. – Ч. 1. – 108 с. С.71-75.
2. Грабовський Ю. А. Спортивний туризм : навч. посіб. / Ю. А. Грабовський, О. В. Скалій, Т. В. Скалій. – Тернопіль : Навч. кн. – Богдан, 2009. – 304 с.
3. Дмитрук О. Ю. Спортивно-оздоровчий туризм : навч. посіб. / О. Ю. Дмитрук, Ю. О. Щур. – К. : Альтерпрес, 2003. – 232 с.

4. Закон України «Про туризм».
5. Положення "Про інструктора дитячо-юнацького туризму", 2003.
6. Положення "Про організатора дитячо-юнацького туризму", 2003.
7. Положення "Про туристські маршрутно-кваліфікаційні комісії", 2003.
8. Правила змагань зі спортивного туризму, 2008.
9. Правила проведення туристських подорожей з учнівською та студентською молоддю, № 237, 2006р.
10. Романенко О.В. Методика самостійних занять з оздоровчо-спортивного орієнтування на велосипедах. //Гуманітарний вісник ПереяславХмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди: Науково- теоретичний збірник. – Київ: КИТ, 2004.- С.178-185.
11. Романенко О.В. Особливості методики викладання спортивного орієнтування в вищих навчальних закладах. //Актуальні проблеми фізичної культури та спорту в сучасних соціально – економічних і екологічних умовах: Матеріали міжнародної наукової конференції. – Запоріжжя, 2000. – С.222-227.
12. Романенко О.В. Роль картографії в орієнтуванні на місцевості. Основи побудови тренувального процесу в циклічних та екстремальних видах спорту: збірник наукових праць% [Електронний ресурс]. Харків: ХДАФК, 2019. Вип.3. 222 с. С. 130-135. URL: 22- 23 березня 2019 р. [http://journals.uran.ua/cvs\\_konf/issue/archive](http://journals.uran.ua/cvs_konf/issue/archive).
13. Романенко О.В. Сучасні технології складання спортивних карт для оздоровчого туризму. //Проблеми розвитку спортивно-оздоровчого туризму і краєзнавства в закладах освіти: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (18-19квітня 2002 р., м. Переяслав-Хмельницький). – К.: Обрії, 2002.-С.110-112.
14. Романенко О.В., Бабій І.М. Чемпіонат Світу з орієнтування на місцевості: становлення, проблеми та перспективи проведення WOC на базі НПП «Синевир» Закарпатської області. Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія №15, Збірник наукових праць /За ред. О.В.Тимошенко. – К.: Вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2018. - Випуск ЗК(97)18. – с. 634. С. 485-489.
15. Романенко О.В. Туризм та спортивне орієнтування: Навчально-методичні рекомендації. - Київ: КУТЕП, 2003. - 74с.
16. Серба Т.Б. Ситуаційні задачі як метод навчання та контролю знань у гуртках спортивного туризму. Навчальний посібник. - Тернопіль, 2001.
17. Серба Т.Б. Техніка безпеки змагань зі спортивного туризму: Методичні рекомендації. - Тернопіль, 2003. – 163 с.

#### *Допоміжні*

1. Романенко О.В. Орієнтування на місцевості: Навчально – методичні рекомендації для самостійних занять студентів всіх форм навчання. Київ: КУТЕП, 2004 р. – 58 с.
2. Романенко О.В. Вплив системи підготовки кадрів на покращення стану спортивного та оздоровчого туризму у вищих навчальних закладах України. //Культура і освіта фахівців туристської сфери: сучасні тенденції та прогнози: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції. – Київ: КУТЕП, 2005. - С.609-612.
3. Боженко Є. В. Особливості організації і проведення походів вихідного дня. //Освіта та наука у вимірах ХХІ століття //Матеріали студентської звітно-наукової конференції 19-20 квітня 2011. НПУ ім. М.П. Драгоманова. С. 199-200.
4. Пожарська Н.В. Підготовка майбутніх фахівців дитячого туризму в умовах євро інтеграційного процесу. //Сучасні проблеми підготовки майбутніх фахівців в умовах євроінтеграційного процесу (текст): матеріали Молодіжної міжвузівської науково-практичної конференції (дистанційної). (Київ, 1 березня 2012 року) За аг. Ред.. проф.. І.М.Ковчиної. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. – С. 43-45.
5. Куриленко Т.С., Сищук Т.М., Чорна Ю.Е. Організація туристського походу виробничої технологічної практики як вдосконалення професійного самовизначення. Основи спортивного туризму в рекреаційній діяльності: збірник наукових праць [Електронний ресурс]. Харків: ХДАФК, 2016. – 358 с. – Режим доступу: <http://journals.uran.ua/index.php/wissn055>. С. 251-261.

#### *Інформаційні ресурси*

- 1.Збираємо індивідуальне та групове спорядження в туристичний похід <http://infotour.in.ua/grabovsky55.htm>
- 2.Інформаційний портал «Веломандри»: [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [www.velomandry.com.ua](http://www.velomandry.com.ua)
- 3.Інформаційний туристичний портал: [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [www.tour.com.ua](http://www.tour.com.ua)
- 4.Техніка в'язання туристичних вузлів «ПЛАСТ». Частина 1: [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=1moGN44NHB4>
- 5.Техніка в'язання туристичних вузлів «ПЛАСТ». Частина 2: [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [https://www.youtube.com/watch?v=KA3KsR\\_Fd\\_E](https://www.youtube.com/watch?v=KA3KsR_Fd_E)
- 6.Техніка в'язання туристичних вузлів «ПЛАСТ». Частина 3: [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=Hacv8EMol7k>
7. Туристична бібліотека: [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://tourlib.net/lib.htm>

8. Туристичне спорядження: <https://ukr.marshrut-club.com/articles/7639>

9. Туристичний гурток ЗСШ № 163 м.Київ: [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://мур-гурток.at.ua/>

10. Туристичний клуб КП: [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [www.tkg.org.ua](http://www.tkg.org.ua)

11. Український державний центр національно-патріотичного виховання, краєзнавства і туризму учнівської молоді: [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://patriotua.org/>

12. Федерація спортивного туризму України: [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.fstu.com.ua/>

## VIII. Інформація про викладача (ів)

Викладачі	Лекційні заняття	Практичні (семинарські, лабораторні)
Прізвище, ім'я, по батькові	Долгова Катерина Сергіївна	Долгова Катерина Сергіївна
Профіль викладача на сторінці кафедри/факультету	<a href="https://fpgoe.npu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/09/%D0%94%D0%9E%D0%9B%D0%93%D0%9E%D0%92%D0%90-%D0%9A%D0%B0%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B0-%D0%A1%D0%B5%D1%80%D0%B3%D1%96%D1%97%D0%B2%D0%BD%D0%B0.pdf">https://fpgoe.npu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/09/%D0%94%D0%9E%D0%9B%D0%93%D0%9E%D0%92%D0%90-%D0%9A%D0%B0%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B0-%D0%A1%D0%B5%D1%80%D0%B3%D1%96%D1%97%D0%B2%D0%BD%D0%B0.pdf</a>	<a href="https://fpgoe.npu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/09/%D0%94%D0%9E%D0%9B%D0%93%D0%9E%D0%92%D0%90-%D0%9A%D0%B0%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B0-%D0%A1%D0%B5%D1%80%D0%B3%D1%96%D1%97%D0%B2%D0%BD%D0%B0.pdf">https://fpgoe.npu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/09/%D0%94%D0%9E%D0%9B%D0%93%D0%9E%D0%92%D0%90-%D0%9A%D0%B0%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B0-%D0%A1%D0%B5%D1%80%D0%B3%D1%96%D1%97%D0%B2%D0%BD%D0%B0.pdf</a>
Електронна адреса	<a href="mailto:kate.dolhova2021@gmail.com">kate.dolhova2021@gmail.com</a>	<a href="mailto:kate.dolhova2021@gmail.com">kate.dolhova2021@gmail.com</a>
Контактний телефон	+380631185636	+380631185636
Інформація про консультації (день, місце, час)	Консультації з навчальної дисципліни можуть проводитися в день проведення лекцій і лабораторних занять, за попередньою домовленістю або у визначений день (згідно з графіком консультацій складеним на кафедрі).	

## IX. Організаційні вимоги з вивчення навчальної дисципліни

### (політика навчальної дисципліни)

9.1. *Вимоги до роботи студентів під час проведення навчальних занять з курсу (відвідування занять, етика поведінки під час занять, відпрацювання пропущених занять тощо):*

Відвідування лекцій та практичних занять є обов'язковим. Студент повинен ретельно готуватися до практичних робіт: виконувати всі завдання (групові та індивідуальні тощо); опрацьовувати рекомендовану основну та допоміжну літературу, а також картографічний та статистичний матеріали тощо. Виконання практичних та індивідуальних завдань повинно відповідати вимогам, що висуваються до вирішення відповідного завдання та свідчити про його самостійність. Важливою є активна участь студентів в обговоренні питань теми як на лекційному, так і лабораторному заняттях. Пропущені заняття необхідно відпрацювати. Це можливо зробити як у дні консультацій відповідного викладача, графік яких завжди представлений на кафедрі туризму, так і за особистою домовленістю з викладачем. Під час дистанційного навчання відпрацювання пропущених занять проводиться онлайн за допомогою платформ Google Meet.

9.2. *Вимоги до академічної доброчесності студентів:*

Дотримання правил посилання на джерела інформації у випадку використання ідей, розробок, тверджень, відомостей; дотримання вимог про авторське право і суміжні права; надання достовірної інформації про методики і результати досліджень, джерела використаної інформації та власну наукову (творчу) діяльність.

