



**Силабус навчальної дисципліни**  
**«Лікувально-оздоровчий туризм та рекреація»**

<b>Спеціальність</b>	<i>A7 «Фізична культура і спорт»</i>
<b>Освітня програма</b>	<i>Фізична культура і спорт</i>
<b>Освітній рівень</b>	<i>перший (бакалаврський)</i>
<b>Статус дисципліни</b>	<i>вибіркова</i>
<b>Мова викладання</b>	<i>Українська</i>
<b>Курс / семестр</b>	<i>4 курс; 8 семестр</i>
<b>Кількість кредитів ЄКТС</b>	<i>4</i>
<b>Розподіл за видами занять та годинами навчання</b>	<i>Лекції - 20 год.</i>
	<i>Практичні - 22 год.</i>
	<i>Самостійна робота - 78 год.</i>
<b>Форма підсумкового контролю</b>	<i>Диференційований залік</i>
<b>Кафедра</b>	<i>Фізичної культури та спорту, Каб. 144, корпус Ц, <a href="https://nupp.edu.ua/page/kafedra-fizichnoi-kulturi-ta-sportu.html">https://nupp.edu.ua/page/kafedra-fizichnoi-kulturi-ta-sportu.html</a></i>
<b>Викладач (-і)</b>	<i>Оніщук Лариса Миколаївна, канд.пед.н., доцент</i>
<b>Контактна інформація викладача (-ів)</b>	<i>e-mail: <a href="mailto:larpolt_turizm@ukr.net">larpolt_turizm@ukr.net</a></i>
<b>Дні занять</b>	<i>За розкладом, відповідно до графіку навчального процесу</i>
<b>Консультації</b>	<i>аудиторія 143 Ц відповідно до графіку</i>
<b>Мета навчальної дисципліни</b>	<i>– ознайомити студентів із особливостями організації заходів лікувально-оздоровчого туризму та рекреації, розглянути лікувальні ресурси, сезонність, їх види та технології організації різних заходів.</i>
<b>Програмні результати навчання</b>	
<p>В результаті вивчення дисципліни «Лікувально-оздоровчий туризм та рекреація» відповідно до освітньої програми «Фізична культура і спорт» студент повинен вміти:</p> <p>Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.</p> <p>Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.</p> <p>Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення.</p> <p>Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.</p> <p>Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.</p> <p>Застосовувати сучасні здоров'язбережувальні технології у сфері фізичної культури та спорту.</p> <p>Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.</p>	
<p><b>Передумови для навчання є навчальні дисципліни</b> є знання студентів з таких дисциплін, як: «Теорія і методика фізичного виховання», «Вступ до спеціальності з основами академічної доброчесності», «Теорія і методика викладання легкої атлетики», «Теорія та методика</p>	



**Зміст навчальної дисципліни.** Змістовний модуль 1. Теоретичні засади лікувально-оздоровчого туризму та рекреації  
Тема 1. Лікувально-оздоровча діяльність як рухова активність різних категорій населення. Тема 2. Зв'язок лікувально-оздоровчої діяльності з екологією та довкіллям. Тема 3. Класифікація лікувально-оздоровчих і рекреаційних технологій  
Тема 4. Процеси фізичної реабілітації та відновлення працездатності. Тема 5. Оздоровчі фітнес-технології у рекреаційній діяльності.

Змістовний модуль 2. Технологічні процеси лікувально-оздоровчого туризму та рекреації  
Тема 6. Технології використання природних лікувальних ресурсів (кліматотерапія, бальнеотерапія, таласотерапія). Тема 7. Технологічні процеси санаторно-курортної діяльності. Тема 8. Цифрові та інформаційні технології у лікувально-оздоровчій і рекреаційній сфері. Тема 9. Технології психоемоційного відновлення та релаксації. Технологічні процеси адаптивної та інклюзивної рекреації. Тема 10. Безпека, стандарти та контроль якості лікувально-оздоровчих і рекреаційних технологій

**Сторінка курсу на платформі Moodle**

Розміщено:  
робоча програма дисципліни, матеріали лекцій, завдання до практичних занять, завдання для самостійної роботи студентів.  
<https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=3160>

**Рекомендовані джерела.**

1. Оніщук Л.М. Курс лекцій з дисципліни «Лікувально-оздоровчий туризм та рекреація» для студентів спеціальності А7 «Фізична культура і спорт» освітнього рівня бакалавр– Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2025. – 100 с.
2. Оніщук Л.М. Методичні вказівки до практичних занять із навчальної дисципліни «Лікувально-оздоровчий туризм та рекреація» для студентів спеціальності А7 «Фізична культура і спорт» освітнього рівня бакалавр– Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2025. – 50 с.
3. Оніщук Л.М. Туризм як дієвий засіб здоров'я збереження. *Технології здоров'язбереження: теорія і практика: колективна монографія* / за заг. ред. професора Л.М. Рибалко. Полтава, НУПП, 2022. 320 с. С.117-143.
4. Оніщук Л.М. Особливості застосування здоров'язбережуючих технологій фізкультурно-спортивного спрямування у закладах вищої освіти// Формування валеологічного світогляду людини засобами фізичної культури і спорту. Автори: Володимир Пристинський, Тетяна Пристинська. *Монографія*. ДВНЗ “Донбаський державний педагогічний університет”. Слов'янськ, 2022. 315 с. с. С.10-20.
5. Модернізація туризмознавства: теорія і практика партнерства : монографія / (авт.. кол): за заг. Ред. Г.П.Скляра. – Полтава : ПУЕТ, 2021.-372 с.
6. Гринь Т. А., Оніщук Л. М. Формування фізичного здоров'я у студентів засобами оздоровчо-рекреаційної рухової активності / Актуальні проблеми фізичної культури, спорту та фізичного виховання: збірник матеріалів III Всеукраїнської науково-практичної Інтернет-конференції з міжнародною участю, 01 грудня 2022 р. [гол. ред. Л. М. Рибалко]. Полтава: Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2022. С. 123–124.
7. Дехтяр В.Д. Основи оздоровчо-спортивного туризму [Текст]: [навч.-метод. посіб. для закладів освіти] / В.Д. Дехтяр. – К. : Науковий світ, 2004. – 204 с.
8. Загальні основи адаптивного фізичного виховання: навчальний посібник/ Н. В.Москаленко, А. О.Ковтун, О. А. Алфьоров, О. І. Кравченко та ін. –Дніпропетровськ : ДДІФК, 2013. – 137 с.
9. Larysa Onishchuk Health care education: realities and prospects / Lina Rybalko, Viltoriia Horoshko, Larysa Onishchuk // *Zeszyty Naukowe Wyższej Szkoły Technicznej w Katowicach*. – 2022. – № 13. – P. 173-180. – DOI: 10.54264/0016. <http://reposit.nupp.edu.ua/handle/PoltNTU/10450> (стаття)
10. Larysa M. Onishchuk. Changes in Physical and Mental Health Indicators of Law Enforcement Officers in the Process of their Professional Activities / I. M. Okhrimenko, N. V. Volynets, N. E. Penkova, I. S. Dekhtiarenko, N. V. Hresa, L. M. Onishchuk, S. S. Okhrimenko. *Czasopismo polskiego towarzystwa balneologii i medycyny fizycznej journal of the polish balneology and physical medicine association tom Ixiv numer 5 (171)/2022. Zmiany we wskaźnikach zdrowia fizycznego i psychicznego funkcjonariuszy organów ścigania w trakcie ich aktywności zawodowej* С 278-284. (Web of Science).
11. Lina M. Rybalko, Larysa M. Onishchuk, Tetiana Yu. Hulko, Tatiana V. Yopa, Ruslan V. Zhali, Andrian V. Ostapov, Vitalii P. Horhol Preparation of Future Specialists in Physical Culture and Sports with an Aim of Preserving and Restoring Physical and Mental Health of Individuals . *Acta Balneologica journal of the polish balneology and physical medicine association Aluna Publishing 2024 november-december VOL. LXV number 6*



– Система оцінювання результатів навчання: Загальна трудомісткість дисципліни – 100 балів: при підсумковому контролі у вигляді диференційованого заліку 70 балів відведено на поточний контроль, а 30 балів – на підсумковий (для допуску до заліку необхідно мати не менше 35 балів поточної успішності). Мінімальна сума балів, що дозволяє студенту бути атестованим з дисципліни - 60 балів. Більш детальна інформація щодо оцінювання наведена в робочій навчальній програмі

#### Накопичування балів з навчальної дисципліни

(вказати лише ті види робіт, за які передбачено нарахування балів)

Види навчальної роботи	Мак кількість балів
Робота на лекції	
Виконання завдань на практичному занятті	40
Індивідуальні завдання (реферати, есе, доповіді, презентації)	30
Диференційований залік	30
<b>Максимальна кількість балів</b>	<b>100</b>

#### Відповідність шкали оцінювання ЄКТС національній системі оцінювання та шкалі оцінювання Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ЄКТС	Оцінка за національною шкалою
90 - 100	A	відмінно
82 - 89	B	добре
74 - 81	C	
64 - 73	D	задовільно
60 - 63	E	
35 - 59	FX	незадовільно
1 - 34	F	

#### Політики навчальної дисципліни:

Вивчення навчальної дисципліни потребує роботи з інформаційними джерелами, підготовки до лекцій і практичних занять, виконання усіх завдань згідно з навчальним планом.

Підготовка до практичних занять передбачає: ознайомлення з питаннями, які виносяться на заняття з відповідної теми; вивчення лекційного матеріалу. Рішення практичних завдань повинно демонструвати ознаки самостійності виконання здобувачем такої роботи, відсутність ознак повторюваності та плагіату.

Присутність здобувачів вищої освіти на практичних і лекційних заняттях є обов'язковою, важливою також є їх участь в обговоренні всіх питань теми. Пропущені заняття мають бути відпрацьовані. Здобувач вищої освіти повинен дотримуватися навчальної етики, поважно ставитися до учасників процесу навчання, дотримуватися дисципліни й часових (строкових) параметрів навчального процесу.

Більш детальну інформацію щодо компетентностей, результатів навчання, методів навчання, форм оцінювання, самостійної роботи наведено у Робочій програмі навчальної дисципліни <https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=3160>

Силабус затверджено на засіданні кафедри «Фізичної культури та спорту»  
28 серпня 2025 р. Протокол № 1