



**Силабус навчальної дисципліни**  
**«Основи оздоровчо-рекреаційного туризму»**

<b>Спеціальність</b>	Без обмежень за спеціальностями
<b>Освітня програма</b>	Без обмежень за освітніми програмами
<b>Освітній рівень</b>	перший (бакалаврський)
<b>Статус дисципліни</b>	вибіркова
<b>Мова викладання</b>	Українська
<b>Курс / семестр</b>	2,3 курс; 3,4,5 семестр
<b>Кількість кредитів ЄКТС</b>	4
<b>Розподіл за видами занять та годинами навчання</b>	Лекції - 20 год.
	Практичні - 20 год.
	Самостійна робота - 80 год.
<b>Форма підсумкового контролю</b>	залік
<b>Кафедра</b>	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>
<b>Викладач (-і)</b>	Оніщук Лариса Миколаївна, канд.пед.н., доцент
<b>Контактна інформація викладача (-ів)</b>	e-mail: <a href="mailto:larpolt_turizm@ukr.net">larpolt_turizm@ukr.net</a>
<b>Дні занять</b>	За розкладом, відповідно до графіку навчального процесу
<b>Консультації</b>	аудиторія 143 Ц відповідно до графіку
<p><b>Мета навчальної дисципліни</b> – ознайомити студентів з особливостями теоретичних засад та технологічного проектування та здійснення діяльності з оздоровчо-рекреаційного туризму, а саме його видами, підготовкою до проведення туристичних заходів, необхідним обладнанням та технікою безпеки.</p>	
<p><b>Результати навчання:</b> Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег. Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом. Надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини. 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», «Теорія і методика викладання легкої атлетики», «Теорія та методика викладання гімнастики»</p>	
<p><b>Зміст навчальної дисципліни.</b> ЗМ 1.ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОГО ТУРИЗМУ. <b>Тема 1.</b>Введення в оздоровчо-рекреаційний туризм. <b>Тема 2.</b>Фізична рекреація і туризм в системі фізичної культури. <b>Тема 3.</b> Нормативно-правове та організаційне забезпечення оздоровчо-рекреаційного туризму. ЗМ2.БАЗОВА ПІДГОТОВКА ТУРИСТІВ. <b>Тема 4.</b> Базова географічна підготовка туриста. Підготовка до руху та організації побуту в туристському поході. <b>Тема 5.</b> Соціально-психологічні основи організації спортивно-оздоровчого туризму. ЗМ 3. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОВЕДЕННЯ ТУРИСТИЧНИХ ЗАХОДІВ. <b>Тема 6.</b> Організація і методика проведення туристських змагань. <b>Тема 7.</b> Технологія проведення походів. <b>Тема 8.</b> Критичні ситуації в туристському поході та їх подолання. Охорона здоров'я в туристському поході</p>	
<b>Сторінка курсу на платформі Moodle</b>	Розміщено: робоча програма дисципліни, матеріали лекцій, завдання до практичних занять, завдання для самостійної роботи студентів. <a href="https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=3160">https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=3160</a>



**Рекомендовані джерела.**

1. Курс лекцій з дисципліни «Основи оздоровчо-рекреаційного туризму» для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» денної форми навчання освітнього ступеня бакалавр/ укладач Оніщук Л.М. – Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2021. – 200 с.
2. Методичні вказівки до практичних занять із навчальної дисципліни «Основи оздоровчо-рекреаційного туризму» для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» денної форми навчання освітнього ступеня бакалавр/ укладач Оніщук Л.М. – Полтава : Національний



3. Дехтяр В.Д. Основи оздоровчо-спортивного туризму [Текст]: [навч.-метод. посіб. для закладів освіти] / В.Д. Дехтяр. – К. : Науковий світ, 2018. – 204 с.

4. 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.

– **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
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	
1 - 34	F	незадовільно

#### 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>