

**Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний
університет імені К. Д. Ушинського»**

Навчально-науковий інститут фізичної культури, спорту та реабілітації
Кафедра теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ
РОБОТИ СТУДЕНТІВ З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНЕ ВДОСКОНАЛЕННЯ З ТУРИЗМУ»**

для здобувачів вищої освіти за першим (бакалаврським) рівнем
зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт

Розробник:

Джуринський Петро Борисович – доктор педагогічних наук, професор, директор навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту та реабілітації

Ковальова Тетяна Михайлівна – асистент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін

Методичні рекомендації до організації самостійної роботи студентів затверджено на засіданні кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін

Протокол № 4 від «16» грудня 2021 року

Завідувачка кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін (С. В. Дразіна)

ЗМІСТ

1. Передумови, мета, структура навчальної дисципліни.....	4
2. Очікувані результати навчання дисципліни.....	4
3. Критерії оцінювання.....	5
4. Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів.....	7
5. Завдання для самостійної роботи студентів.....	7
6. Розподіл годин на самостійну роботу.....	9
7. Методи навчання.....	10
8. Розподіл балів, які отримують здобувачі за результатами поточного і підсумкового контролю.....	10
9. Відповідність шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти.....	10
10.Методичне забезпечення.....	10
11.Забезпечення навчання осіб з особливими освітніми потребами.....	10
12. Рекомендовані джерела інформації.....	11

1. Передумови, мета, структура навчальної дисципліни

Систематизація теоретичних і практичних знань з освітньої програми означеного курсу проводиться у формі лекцій, практичних занять, а також під час самостійної та індивідуальної роботи студентів. На лекційних заняттях викладаються теоретичні аспекти, на практичних заняттях поглиблюються і деталізуються найбільш важливі розділи освітньої програми та здійснюється контроль засвоєння знань студентами. Опануванню навчальною дисципліною «Спортивно-педагогічне вдосконалення з туризму» буде сприяти виконання завдань передбачених самостійною роботою студентів.

Передумови для вивчення дисципліни: для вивчення навчальної дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення з туризму» студенти мають опанувати знання з таких навчальних дисциплін, як «Організація краєзнавчо-туристичної діяльності», «Вступ до спеціальності та історія фізичної культури», «Педагогіка».

Мета навчальної дисципліни: викладання навчальної дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення з туризму» полягає у оволодінні студентами теоретичними знаннями та практичними навичками щодо організації туристичної діяльності, формуванні у них професійних здібностей, необхідних для проведення організаційної, педагогічної та методичної роботи з туризму.

2. Очікувані результати навчання дисципліни:

ПРН-01. Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем.

ПРН-05. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

ПРН-08. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.

ПРН-12. Аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.

ПРН-13. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

ПРН-17. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.

Знати:

- сучасні типи, види та форми туризму;
- типологію туризму;
- особливості охорони навколишнього середовища;
- основи туристської підготовки;
- загальні положення орієнтування на місцевості;
- права та обов'язки керівника та учасників туристської групи;
- правила безпеки в туристському поході;
- індивідуальне та групове спорядження;
- основні вимоги до спорядження;
- організація побуту, харчування і постачання в поході;
- медичні вимоги до учасника походу;

Уміти:

- користуватися спеціальним спорядженням для походу;
- в'язати туристські вузли; долати природні перешкоди;
- надати першу медичну допомогу.

Унаслідок досягнення результатів навчання здобувачі вищої освіти в контексті змісту навчальної дисципліни мають опанувати **такі компетентності:**

Інтегральна компетентність: Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів відповідних наук, і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

Загальні компетентності:

ЗК-01. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.

ЗК-04. Здатність працювати в команді.

ЗК-09. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК-11. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК-12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

Спеціальні компетентності:

СК-02. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.

СК-04. Здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують.

СК-09. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.

СК-10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту.

СК-12. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.

СК-14. Здатність до безперервного професійного розвитку.

Міждисциплінарні зв'язки: вивчення дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення з туризму» студенти мають опанувати знання з таких навчальних дисциплін, як «Організація краєзнавчо-туристичної діяльності», «Вступ до спеціальності та історія фізичної культури», «Педагогіка».

3. Критерії оцінювання

Критерії оцінювання за різними видами роботи

Вид роботи	Бали	Критерії
Практичні заняття	0 балів	Здобувач не відтворює навчальний матеріал, не має уявлення про предмет вивчення, неаргументовано висловлює думку. Не використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали, не виконує практичні завдання.
	1 бал	Знання здобувача є достатньо повними, він самостійно застосовує відповідний навчальний матеріал, виконуючи практичні завдання; аналізує, робить висновки. Відповідь повна, логічна, обґрунтована, але припускається неточностей. Здобувач самостійно використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали виконуючи практичні завдання. Виконані завдання у цілому відповідають вимогам, хоча мають незначні огріхи.
	2 бали	Здобувач володіє міцними знаннями, оперує ними при виконанні практичних завдань. Самостійно використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали виконуючи практичні завдання. Не припускається помилок при їхньому виконанні. Здобувач виступає експертом практичних завдань, що виконали однокурсники.
Письмова робота	0 балів	Здобувач не менше ніж на 50% завдань надав правильну відповідь – початковий рівень знань.
	1-3 балів	Здобувач на 51%-70% завдань надав правильну відповідь – середній рівень знань.

	4-7 балів	Здобувач на 71%-90% завдань надав правильну відповідь – достатній рівень знань.
	8-10 балів	Здобувач на 91%-100% завдань надав правильну відповідь – високий рівень знань.
Індивідуальне навчально-дослідне завдання	0 балів	Доповідь відсутня.
	1-3 балів	Зміст доповіді відповідає предмету дисципліни. Студент демонструє несаможиттєвість у визначенні ключової практичної проблеми, має помилки у структурі доповіді, відповідях на запитання, не представив цілісність та композиційну гармонійність розкриття теми.
	4-7 балів	Зміст доповіді відповідає заявленій темі та предмету дисципліни, студент впевнено відповідає на запитання щодо змісту роботи, але не представляє цілісності та композиційної гармонійності розкриття теми, не визначає ключову практичну проблему та має помилки у відповідях на запитання стосовно узагальнення альтернативних теоретичних підходів її вирішення.
	8-10 балів	Зміст доповіді відповідає заявленій темі та предмету дисципліни. Студент повністю розкриває, логічно структурує доповідь, представляє цілісність та композиційну гармонійність розкриття теми, предмету дослідження, обґрунтованість пропозицій, ступінь їх теоретичної значущості та практичної цінності. Впевнено відповідає на запитання щодо змісту роботи.

Критерії оцінювання за всіма видами контролю

Сума балів	Критерії оцінки
Відмінно (90 – 100 А)	<p>Здобувач повністю володіє навчальним матеріалом, вільно та аргументовано його викладає, розв'язує складні проблемні завдання, розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову та додаткову літературу.</p> <p>На високому рівні знає: сучасні типи, види та форми туризму; типологію туризму; особливості охорони навколишнього середовища; основи туристської підготовки; загальні положення орієнтування на місцевості; права та обов'язки керівника та учасників туристської групи; правила безпеки в туристському поході; індивідуальне та групове спорядження; основні вимоги до спорядження; організація побуту, харчування і постачання в поході; медичні вимоги до учасника походу.</p> <p>На високому рівні уміє: користуватися спеціальним спорядженням для походу; в'язати туристські вузли; долати природні перешкоди; надати першу медичну допомогу; організувати і брати участь у суддівстві змагань зі спортивного туризму.</p> <p>На високому рівні уміє використовувати базові знання з основ наукових досліджень, біомеханіки, гігієни, фізичної реабілітації, основ теорії і методики спортивного тренування, організації і методики оздоровчої фізичної культури, управління у сфері фізичної культури; виконувати необхідні виміри та розрахунки для обґрунтування засобів фізичної культури та особливостей техніки виконання фізичних вправ.</p>
Добре (82-89 В)	<p>Здобувач достатньо володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає під час усних та письмових відповідей. Має сформовані типові навички.</p> <p>На достатньому рівні знає: сучасні типи, види та форми туризму; типологію туризму; особливості охорони навколишнього середовища; основи</p>

	<p>туристської підготовки; загальні положення орієнтування на місцевості; права та обов'язки керівника та учасників туристської групи; правила безпеки в туристському поході; індивідуальне та групове спорядження; основні вимоги до спорядження; організація побуту, харчування і постачання в поході; медичні вимоги до учасника походу.</p> <p>На достатньому рівні уміє: користуватися спеціальним спорядженням для походу; в'язати туристські вузли; долати природні перешкоди; надати першу медичну допомогу. Проте подекуди не може організувати і брати участь у суддівстві змагань зі спортивного туризму.</p> <p>На достатньому рівні уміє використовувати базові знання з основ наукових досліджень, біомеханіки, гігієни, фізичної реабілітації, основ теорії і методики спортивного тренування, організації і методики оздоровчої фізичної культури, управління у сфері фізичної культури; виконувати необхідні виміри та розрахунки для обґрунтування засобів фізичної культури та особливостей техніки виконання фізичних вправ.</p>
<p>Добре (74-81 C)</p>	<p>Здобувач загалом володіє навчальним матеріалом, викладає його основний зміст під час усних та письмових відповідей, але без всебічного аналізу та аргументації. Допускає окремі суттєві неточності та помилки.</p> <p>На середньому рівні знає: сучасні типи, види та форми туризму; типологію туризму; особливості охорони навколишнього середовища; основи туристської підготовки; загальні положення орієнтування на місцевості; права та обов'язки керівника та учасників туристської групи; правила безпеки в туристському поході; індивідуальне та групове спорядження; основні вимоги до спорядження. У цілому знає про організацію побуту, харчування і постачання в поході; медичні вимоги до учасника походу, але потребує допомоги з боку викладача.</p> <p>На середньому рівні уміє: користуватися спеціальним спорядженням для походу; в'язати туристські вузли; долати природні перешкоди. Проте припускається помилок при наданні першої медичної допомоги. Уміє організувати і брати участь у суддівстві змагань зі спортивного туризму, але потребує допомоги викладача.</p> <p>На середньому рівні уміє використовувати базові знання з основ наукових досліджень, біомеханіки, гігієни, фізичної реабілітації, основ теорії і методики спортивного тренування, організації і методики оздоровчої фізичної культури, управління у сфері фізичної культури; виконувати необхідні виміри та розрахунки для обґрунтування засобів фізичної культури та особливостей техніки виконання фізичних вправ, але потребує допомоги з боку викладача.</p>
<p>Задовільно (64-73 D)</p>	<p>Здобувач частково володіє навчальним матеріалом, виявляє базові знання. Під час усних та письмових відповідей викладає його фрагментарно, поверхово, недостатньо розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань.</p> <p>На задовільному рівні знає: сучасні типи, види та форми туризму; типологію туризму; особливості охорони навколишнього середовища; основи туристської підготовки; загальні положення орієнтування на місцевості; права та обов'язки керівника та учасників туристської групи; правила безпеки в туристському поході; індивідуальне та групове спорядження. Не знає про основні вимоги до спорядження; організацію побуту, харчування і постачання в поході; медичні вимоги до учасника походу.</p> <p>На задовільному рівні уміє: користуватися спеціальним спорядженням для походу; в'язати туристські вузли; долати природні перешкоди. Проте припускається помилок при наданні першої медичної допомоги. Не уміє</p>

	<p>організувати і брати участь у суддівстві змагань зі спортивного туризму, але потребує допомоги викладача.</p> <p>На задовільному рівні уміє використовувати базові знання з основ наукових досліджень, біомеханіки, гігієни, фізичної реабілітації, основ теорії і методики спортивного тренування, організації і методики оздоровчої фізичної культури, управління у сфері фізичної культури. Не завжди вміє виконувати необхідні виміри та розрахунки для обґрунтування засобів фізичної культури та особливостей техніки виконання фізичних вправ.</p>
<p>Задовільно (60-63 E)</p>	<p>Здобувач частково володіє навчальним матеріалом. Фрагментарно (без аргументації та обґрунтування) викладає його під час відповідей, недостатньо розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, допускає при цьому суттєві неточності.</p> <p>На низькому рівні знає: сучасні типи, види та форми туризму; типологію туризму; особливості охорони навколишнього середовища; основи туристської підготовки; загальні положення орієнтування на місцевості; права та обов'язки керівника та учасників туристської групи. Частково знає правила безпеки в туристському поході; індивідуальне та групове спорядження. Не знає про основні вимоги до спорядження; організацію побуту, харчування і постачання в поході; медичні вимоги до учасника походу.</p> <p>На низькому рівні уміє: користуватися спеціальним спорядженням для походу; в'язати туристські вузли; долати природні перешкоди. Проте припускається суттєвих помилок при наданні першої медичної допомоги. Не уміє організувати і брати участь у суддівстві змагань зі спортивного туризму, але потребує допомоги викладача.</p> <p>На низькому рівні уміє використовувати базові знання з основ наукових досліджень, біомеханіки, гігієни, фізичної реабілітації, основ теорії і методики спортивного тренування, організації і методики оздоровчої фізичної культури, управління у сфері фізичної культури. Не вміє виконувати необхідні виміри та розрахунки для обґрунтування засобів фізичної культури та особливостей техніки виконання фізичних вправ.</p>
<p>Незадовільно (35-59 FX)</p>	<p>Здобувач недостатньо володіє навчальним матеріалом, не може викласти зміст більшості питань теми під час усних та письмових відповідей, допускає при цьому суттєві помилки.</p> <p>Не знає: сучасні типи, види та форми туризму; типологію туризму; особливості охорони навколишнього середовища; основи туристської підготовки; загальні положення орієнтування на місцевості; права та обов'язки керівника та учасників туристської групи; правила безпеки в туристському поході; індивідуальне та групове спорядження; основні вимоги до спорядження; організація побуту, харчування і постачання в поході; медичні вимоги до учасника походу.</p> <p>Не уміє: користуватися спеціальним спорядженням для походу; в'язати туристські вузли; долати природні перешкоди; надати першу медичну допомогу; організувати і брати участь у суддівстві змагань зі спортивного туризму.</p> <p>Не уміє використовувати базові знання з основ наукових досліджень, біомеханіки, гігієни, фізичної реабілітації, основ теорії і методики спортивного тренування, організації і методики оздоровчої фізичної культури, управління у сфері фізичної культури; не уміє виконувати необхідні виміри та розрахунки для обґрунтування засобів фізичної культури та особливостей техніки виконання фізичних вправ.</p>

4. Засоби діагностування результатів навчання

Для здобувачів видами контролю є: індивідуальне опитування на практичних заняттях, перевірка виконання практичних завдань, письмове опитування, індивідуальні навчально-дослідні завдання (доповідь), залік.

5. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1. Загальна туристська підготовка

Змістовний модуль 1.

Тема 1. Структура та типологія туризму. Туризм та охорона навколишнього середовища.

Тема 2. Основи туристської підготовки. Загальні положення орієнтування на місцевості

Тема 3. Права та обов'язки керівника та учасників туристської групи.

Тема 4. Правила техніки безпеки у туризмі.

Змістовний модуль 2.

Тема 5. Туристське спорядження.

Тема 6. Організація та техніка бівачних робіт.

Тема 7. Орієнтування на місцевості. Техніка подолання природних перешкод.

Тема 8. Медичне забезпечення у поході та перша допомога потерпілому.

6. Розподіл годин на самостійну роботу

№ з/п	Назва теми	Кількість годин		Форма контролю
		Денна форма	Заочна форма	
1	Структура та типологія туризму. Туризм та охорона навколишнього середовища.	1	5	Індивідуальна, групова співбесіда усне, письмове опитування виконання практичних завдань
2	Основи туристської підготовки. Загальні положення орієнтування на місцевості	1	5	
3	Права та обов'язки керівника та учасників туристської групи.	1	6	
4	Правила техніки безпеки у туризмі.	1	6	
5	Туристське спорядження.	1	6	
6	Організація та техніка бівачних робіт.	1	6	
7	Орієнтування на місцевості. Техніка подолання природних перешкод.	1	6	
8	Медичне забезпечення у поході та перша допомога потерпілому.	1	6	
Усього годин		8	46	

7. Методи навчання

- словесні (пояснення, бесіда);
- наочні (демонстрація, ілюстрація);
- практичні (аналіз першоджерел, самостійний пошук студента).

8. Розподіл балів, які отримують здобувачі за результатами поточного і підсумкового контролю

Поточний контроль (практичні заняття, самостійна робота, контрольні модульні роботи ІНДЗ тощо)			ІНДЗ	Сума
Модулі	Бали	Разом	0–10	0–100
Модуль 1	0 – 80	0–90		
Тема 1	0 – 10			
Тема 2	0 – 10			
Тема 3	0 – 10			
Тема 4	0 – 10			
Тема 5	0 – 10			
Тема 6	0 – 10			
Тема 7	0 – 10			
Тема 8	0 – 10			
Письмова робота	0 – 10			

9. Відповідність шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою для заліку
90 – 100	A	зараховано
82-89	B	
74-81	C	
64-73	D	
60-63	E	
35-59	FX	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

10. Методичне забезпечення

- Робоча програма навчальної дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення з туризму».
- Опорні конспекти лекцій.
- Посібники, зазначені у списку базової рекомендованої літератури.
- Ілюстративні матеріали, які використовуються під час навчальних занять.
- Відеоматеріали з туризму.

11. Забезпечення навчання осіб з особливими освітніми потребами

Передбачено забезпечення рівного доступу до якісної освіти особам з особливими освітніми потребами шляхом організації їхнього навчання на основі застосування особистісно-орієнтованих методів навчання з урахуванням їхніх індивідуальних особливостей.

12.Рекомендована література

Базова

1. Абрамов В. В., Тонкошкур М. В. Історія туризму: підруч. Харків : Видавництво «Форт», 2010. 286 с.: іл.
2. Величко В. В. Організація рекреаційних послуг: навчальний посібник. Харк. нац. ун-т міськ. госп-ва імені О. М. Бекетова. Харків : ХНУМГ імені О. М. Бекетова, 2013. 202 с.
3. Галасюк С. С. Організація туристичних подорожей та екскурсійної діяльності. Навчальний посібник рекомендовано МОН України. 2017. 178 с.
4. Грабовський Ю. А., Скалій О. В., Скалій Т. В. Спортивний туризм. Навчальний посібник. Тернопіль : навчальна книга. Богдан, 2009. 304 с.
5. Джуринський П. Б., Богатов А. О. Організація спортивно-оздоровчого туризму. Навчальний посібник. Одеса : ПДПУ ім. К.Д. Ушинського
6. Дмитрук С. В. Соціально-педагогічні технології в туризмі. Навчальний посібник. 2012. 328 с.
7. Коваль П. Ф., Алешугіна Н. О., Андрєєва Г. П., Зеленська О. О., Григор'єва Т. В., Пархоменко О. Г., Дудко В. Б., Михайловський М. О., Бондар С. І. В'їзний туризм. Навчальний посібник : Ніжин, Видавництво Лук'яненко В. В., 2010. 304 с.
8. Мальська М. П., Гаталяк О. М. Туризм у містах: підручник. 2019. 224 с.
9. Мальська М. П., Бордун О. Ю. Медичний туризм: теорія та практика. Навч.посіб. 2019. 128 с.
10. Петранівський В. Л., Рутинський М. Й. Туристичне краєзнавство: навч. посібник / За ред. проф. Ф. Д. Заставного. 2-ге вид., випрл. К. : Знання, 2008. 575 с.
11. Писаревський І. М., Тонкошкур М. В. Планування та організація туристських маршрутів: Підручник. Харк. нац. акад. міськ госп- ва. Х. : ХНАМГ, 2011. 304 с.
12. Рутинський М. Й. Замковий туризм в Україні. Книга. 2019. 432 с.
13. Тонкошкур М. В., Покоłodна М. М., Полчанінова І. Л. Туристське країнознавство: Підручник. Х. : ХНАМГ, 2011. 475 с.

Допоміжна література

1. Атлас «Знайомтесь Україна» / Н. О. Крижова, Л. М. Веклич. К. : ДНВП «Картографія», 2009. 144 с.
2. Закон України «Про туризм».
3. Закон України «Про аварійно-рятувальні служби».
4. Закон України «Про порядок виїзду з України та в'їзду в Україну громадян України».
5. Іванунік В. О., Явкін В. Г. Атрактивність рекреаційно-туристичних територій. Чернівці : Чернівецький нац. Ун-т, 2012. 248 с.
6. Кудла Н. Є. Управління якістю в туризмі. Підручник затверджений МОН України. 2015. 328 с.
7. Мальська М. П. Туристичне країнознавство. Азія та Океанія. Навчальний посібник. 2017. 184 с.
8. Мальська М. П. Туристичне країнознавство. Європа. 2-ге видання. Навчальний посібник. 2019. 224 с.
9. Михайліченко Г. І. Організація туристичних подорожей: навч. посібник. К. : нац.торг.-екон. Ун-т, 2011.
10. Правила проведення туристських подорожей з учнівською та студентською молоддю (Наказ Міністерства освіти України № 96 від 06.04.1999 р.).

Інформаційні ресурси

1. Федерація спортивного туризму України
www.scu.org.ua/federacija-sportyvno-go-turyzmu
2. ЦМКК Федерації спортивного туризму України
www.cmkk.com.ua/
3. Техніка і тактика у туризмі – Все про туризм
www.tourlib.net/books_tourism/ganopolsky07.htm

