

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В.О. СУХОМЛИНСЬКОГО
Кафедра фізичної культури та спорту

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної
роботи _____ Н.І. Василькова
«28» серпня 2017 р.

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ
(ТУРИЗМ)

Ступінь бакалавра
(зі скороченим терміном навчання)

Галузь знань: 01 Освіта

Код та найменування спеціальності: 017 Фізична культура і спорт

Освітня програма: Фізична культура і спорт. Тренер з видів спорту

Факультет фізичної культури та спорту

2017-2018 навчальний рік

Програму розроблено та внесено: Миколаївський національний університет імені В.О. Сухомлинського

РОЗРОБНИК ПРОГРАМИ: Тіхоміров Анатолій Іванович, доцент кафедри фізичної культури та спорту, доцент.

Програму схвалено на засіданні кафедри фізичної культури та спорту
Протокол від «___» _____ 2017 року № ___

Завідувач кафедри фізичної культури та спорту _____ (Тупєєв Ю.В.)

Програму погоджено навчально-методичною комісією факультету фізичної культури та спорту

Протокол від «___» _____ 2017 року № ___

Голова навчально-методичної комісії _____ (Литвиненко О.М.)

Програму погоджено навчально-методичною комісією університету

Протокол від 28 серпня 2017 року № 12

Голова навчально-методичної комісії університету _____ (Василькова Н.І.)

ВСТУП

Програма вивчення нормативної навчальної дисципліни «Теорія та методика викладання обраного виду спорту (туризм)» складена Тихоміровим А.І. відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалавра спеціальності 017 Фізична культура та спорт, освітня програма Фізична культура і спорт. Тренер з видів спорту.

Предметом вивчення навчальної дисципліни є теоретичні основи організації краєзнавчо-туристичної роботи, проведення краєзнавчих екскурсій рідного краю, методика навчання та організація краєзнавчо-туристичних змагань.

Міждисциплінарні зв'язки: навчальна дисципліна «Теорія та методика викладання обраного виду спорту (туризм)» логічно пов'язана з іншими дисциплінами, які вивчаються студентами вузів: анатомія людини, фізіологічні основи фізичного виховання, теорія та методика фізичного виховання.

Програма навчальної дисципліни «Теорія та методика викладання обраного виду спорту (туризм)» складається з таких змістових модулів

I. Основи туризму.

Основи туризму. Програмно-нормативні та організаційні основи туризму. Основи техніки і тактики туризму. Коротка історія краєзнавчих досліджень.

II. Туристично-краєзнавча робота як форма навчально-виховної діяльності.

Туристично-краєзнавча робота як форма навчально-виховної діяльності. Форми, принципи і методи туристично-краєзнавчої роботи. Вікові особливості учнів і туристично-краєзнавча робота. Педагогічні та психологічні аспекти дитячо-юнацького туризму. Планування й облік роботи гуртків.

III. Основні форми туристично-краєзнавчої роботи.

Навчальна стежка. Організація шкільного краєзнавчого музею. Місце екскурсій в організації туристично-краєзнавчої роботи. Експедиція як форма туристично-краєзнавчої роботи. Похід як форма туристично-краєзнавчої роботи. Організація масових туристичних заходів. Застосування ігрових прийомів у туристично-краєзнавчій роботі.

IV. Організація та проведення туристичних походів.

Масові туристичні заходи – зльоти, змагання. Туризм і охорона навколишнього середовища. Методика заохочення населення до занять туризмом. Методика ресурсного забезпечення занять туризмом. Організація і проведення початкової туристичної підготовки. Організація і проведення туристичного походу з починаючими туристами.

V. Проведення туристично-спортивних занять в позаурочний час.

Туризм в позаурочний час. Заняття туризмом – важлива складова національної культури. Проведення туристично-спортивних занять в позаурочний час.

VI. Характеристика природно-географічного, суспільно-історичного, туристичного потенціалу України.

Характеристика природно-географічного туристичного потенціалу України. Суспільно-історичні туристичні ресурси України. Сутність та склад суспільно-історичних ресурсів. Біосоціальні рекреаційно-туристські ресурси. Фортеці, замки і монастирі як подієві ресурси. Краєзнавчо-туристичні ресурси Миколаївщини. Робота з природними джерелами краєзнавчої інформації.

VII. Спортивне орієнтування як вид спорту.

Історія формування орієнтування як виду спорту. Топографічні, спортивні карти. Масштаб. Компас. Умовні знаки спортивних карт. Вимірювання відстаней. Перші кроки за азимутом. Визначення точки знаходження. Прийоми орієнтування за картою. Рельєф місцевості і його зображення на спортивних картах. Комплексне читання карти. Перенесення КП.

VIII. Базова туристська підготовка орієнтувальника.

«Узяття» КП і ближній пошук. Відновлення орієнтування. Аналіз втрат часу. Тактико-технічні прийоми вибору руху. Організація і проведення змагань зі спортивного орієнтування. Визначення результатів змагань з орієнтування у заданому напрямку. Заходи безпеки при проведенні змагань та тренувань. Медичне забезпечення змагань зі спортивного орієнтування.

IX. Туризм як галузь рекреації.

Загальне уявлення про рекреацію. Рекреаційний потенціал та рекреаційні ресурси. Туризм як специфічна форма міжнародної торгівлі послугами. Туризм і регіональний розвиток.

X. Особливості рекреаційної діяльності. Рекреаційна система

Загальне уявлення про рекреаційну діяльність. Основні концепти рекреаційної діяльності. Концепції рекреаційних систем. Туризм як галузь рекреаційної діяльності. Проблеми та перспективи розвитку рекреаційної сфери та туризму в Україні.

XI. Рекреаційні ресурси України.

Природно-ресурсний потенціал земель рекреаційного, курортного та природоохоронного значення. Територіальна структура рекреаційного комплексу України. Курортна система України. Рекреаційна система Карпатського регіону. Історико-архітектурне середовище людини і рекреація. Проблемно-методичні питання визначення величини рекреаційних навантажень на ландшафтні комплекси природно-заповідних рекреаційних територій. Природний рекреаційний потенціал і його визначення на прикладі Карпатського регіону.

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

1.1. Метою викладання навчальної дисципліни «Теорія та методика викладання обраного виду спорту (туризм)» є професійна підготовка студентів до практичної діяльності в якості вчителя фізичної культури в учбових закладах середньої освіти.

1.2. Основними завданнями вивчення дисципліни «Теорія та методика викладання обраного виду спорту (туризм)» є:

Освітні:

- вивчення теоретичних основ краєзнавчої діяльності, та спортивного орієнтування;
- оволодіння методикою викладання краєзнавчих навичок та вмій;
- вивчення правил змагань краєзнавчого туризму;
- організація, підготовка і проведення туристичних походів.

Оздоровчі:

- розвиток функцій цих систем організму та зміцнення здоров'я;
- розвиток фізичних якостей студентів;
- підвищення працездатності студентів.

Виховні:

- сприяння соціальному формуванню особистості;
- сприяння гармонічному розвитку особистості;
- виховання працездатності, наполегливості, витримки, сили волі, патріотизму.

Критеріями засвоєння матеріалу навчальної дисципліни «Теорія та методика викладання обраного виду спорту (туризм)» є наявність у студентів наступних *знань*:

- місце та значення туристичної роботи в системі фізичного виховання України
- історія рідного краю як засобу виховання, фізичного розвитку та спорту
- основи організаційних навичок;
- основ методики навчання організації краєзнавчо-туристичної роботи»;
- організації та змісту занять з організації краєзнавчо-туристичної роботи:
- класифікацію видів туризму та їх специфічні відмінності
- організації та проведення краєзнавчих походів
- програмування навантаження в туризмі та контроль за його впливом за його впливом на організм
- основ топографії та орієнтування
- організацію харчування в туристському поході
- організації та правил проведення змагань та зльотів з краєзнавчого туризму;
- організація рятувальних робіт та надання першої медичної допомоги в поході.

Вмінь та навичок:

- техніку виконання туристичних навичок та вмій;

- проведення секційної роботи з організації краєзнавчо-туристичної роботи;
- організація і проведення змагань з туризму.

1.3. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні **знати:**

- місце та значення організації краєзнавчо-туристичної роботи у системі фізичного виховання України;
- історію розвитку туризму на Україні;
- організацію та зміст організації краєзнавчо-туристичної роботи у загальноосвітніх та спортивних навчальних закладах, дитячих оздоровчих таборих;

вміти:

- технічно вірно виконувати всі вивчені туристичні вправи, показуючи при цьому результати, що відповідають програмним контрольним нормативам;
- проведення секційних занять з організації краєзнавчо-туристичної роботи у секціях загальноосвітніх навчальних закладів та дитячому оздоровчому таборі;
- організувати та провести заняття з організації краєзнавчо-туристичної роботи у загальноосвітньому навчальному закладі та оздоровчому таборі.

Оволодіти такими компетентностями:

Загальні компетентності (ЗК)

ЗК 1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК 2. Здатність планувати та управляти часом.

ЗК 3. Здатність спілкуватися українською мовою (усно та письмово).

ЗК 4. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.

ЗК 5. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 7. Здатність працювати в команді.

ЗК 8. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК 9. Навички здійснення безпечної діяльності.

ЗК 10. Прагнення до збереження навколишнього середовища, реалізації концепції сталого розвитку людства.

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

Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

Фахові компетентності спеціальності (ФК)

ФК 1. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань знання про будову тіла людини та механізми життєдіяльності її організму, фізіологічні та біохімічні основи адаптації до фізичних навантажень різної спрямованості.

ФК 2. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання з теорії і методики фізичного виховання та спортивної підготовки.

ФК 3. Здатність до загальної орієнтації у застосуванні основних теоретичних положень та технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності.

ФК 4. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних видів робіт основ медичних знань, надавати долікарську допомогу особам під час виникнення у них невідкладних станів та патологічних процесів в організмі, та методику фізкультурно-спортивної реабілітації таких осіб.

ФК 6. Здатність використовувати різні методи та прийоми навчання, виховання та соціалізації особистості.

ФК 7. Здатність визначати закономірності, розвиток і форми психічних проявів людини, а також формувати мотиваційно-ціннісні орієнтації особистості.

ФК 8. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання із загальної теорії здоров'я та здатність до інтегрування знань про принципи, шляхи та умови ведення здорового способу життя.

ФК 9. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.

ФК 10. Здатність здійснювати організацію діяльності з використанням різних видів та форм рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя, зокрема, зі спортивного туризму й орієнтування за топографічними картами та іншими засобами навігації.

ФК 12. Здатність розв'язувати практичні проблеми за невизначених умов в окремих напрямках фізичної культури і спорту.

На вивчення навчальної дисципліни «Теорія та методика викладання обраного виду спорту (туризм)» відводиться: 123 гр. 330 годин (11,0 кредитів за ECTS).

Заліки та екзамени за кредити студент отримує згідно до вимог кредитно-трансферної системи організації навчального процесу.

2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни

Кредит 1. Основи туризму.

Тема 1. Основи туризму. Становлення і розвиток туризму, передумови виникнення та початку розвитку туризму як масової та доступної форми фізичного виховання. Основні напрями та етапи розвитку туризму. Сучасні організаційні форми і компоненти туризму. Види туризму. Спортивний туризм. Проблеми та перспективи розвитку туризму.

Тема 2. Програмно-нормативні та організаційні основи туризму. Характеристика програмно-нормативних та організаційних основ туризму. Нормативні матеріали. Зміст правил організації і проведення змагань туристичних походів. Вимоги до учасників і керівників туристичних груп. Вимоги до параметрів спортивних туристичних походів. Протяжність маршрутів і походів. Спортивно-технічні вимоги до маршрутів. Технічна складність природних перешкод. Еталони класифікаційних маршрутів. Порядок присвоєння спортивних розрядів. Організаційна структура туризму. Туристичні клуби та секції, колективи фізичної культури.

Тема 3. Основи техніки і тактики туризму. Основні поняття з техніки і тактики туризму. Техніка подолання природних перешкод. Технічні прийоми.

Техніка безпеки. Техніка різних видів туризму. Індивідуальна техніка подолання природних перешкод. Загальнотактична підготовка. Спеціальна тактична підготовка. Тактичний план маршруту туристичного походу. Вирішування ситуаційних завдань. Організація похідного строю, визначення швидкості руху, вибір напрямку шляху на окремих ділянках. Виявлення оптимальних засобів подолання перешкод. Техніка виконання і методика навчання. Взаємозв'язок техніки і тактики туризму.

Тема 4. Коротка історія краєзнавчих досліджень. Формування уявлень про ТКР як форму географічної освіти та виховання особистості: за античних часів; у Київській Русі; у Російській імперії; в СРСР; у сучасній незалежній Україні. Біографічний підхід у вивченні досвіду ТКР: внесок провідних педагогів, науковців та методистів у розвиток позакласних форм навчально-виховної роботи.

Кредит 2. Туристично-краєзнавча робота як форма навчально-виховної діяльності

Тема 1. Туристично-краєзнавча робота як форма навчально-виховної діяльності. Предмет і завдання курсу, його зв'язок з іншими науками. Сутність ТКР, її місце в позакласній діяльності, зв'язок зі шкільними програмами з географії. Функції, завдання та напрямки позакласної роботи: туристично-краєзнавчий; країнознавчий; економічний; екологічний; естетичний. Інноваційні педагогічні технології в ТКР.

Тема 2. Форми, принципи і методи туристично-краєзнавчої роботи

Загальнолюдські принципи освіти та виховання в позаурочний час. Дидактичні принципи. Роль краєзнавчого принципу. Форми позакласної роботи: індивідуальні, групові й колективні; періодичні та епізодичні; стаціонарні й нестаціонарні. Методи ТКР.

Тема 3. Вікові особливості учнів і туристично-краєзнавча робота

Етапи формування особистості та фізіологія розвитку дитини. Особливості молодшого, середнього та старшого шкільного віку. Формування пізнавального інтересу, методи його стимулювання в різних вікових категорій дітей. Методи співпраці з «важкими» дітьми. Соціальна адаптація дітей у процесі позакласного виховання.

Тема 4. Педагогічні та психологічні аспекти дитячо-юнацького туризму.

Функції та принципи туристично-краєзнавчої діяльності. Виховання юних туристів. Запобігання конфліктів у туристично-краєзнавчій діяльності.

Тема 5. Планування й облік роботи гуртків

Гурток як ефективний засіб формування комплексу знань за певною тематикою. Планування та облік гуртків. Розробка тематичного та календарного планів роботи гуртків. Тематика і методика проведення занять у гуртках.

Кредит 3. Основні форми туристично-краєзнавчої роботи

Тема 1. Навчальна стежка. Види стежок – комплексні й тематичні. Етапи створення та облаштування навчальної стежки. Документація й правове

узгодження організаційних питань створення стежки. Облаштування майданчиків для спостереження та рекреаційних зон. Просвітницька та виховна робота на стежці.

Тема 2. Організація шкільного краєзнавчого музею. Музей як провідна форма позакласної роботи. Види музеїв. Положення про створення музею при шкільному закладі. Методичні засади організації та функціонування шкільного краєзнавчого музею. Фондова й експозиційна робота. Організація лекцій, вечорів, свят на базі шкільного краєзнавчого музею. Шкільний кабінет із географії як прототип шкільного музею.

Тема 3. Місце екскурсій в організації туристично-краєзнавчої роботи. Класифікація екскурсій за тематикою, віковими особливостями екскурсантів, територією проведення тощо. Методика проведення та завдання.

Тема 4. Експедиція як форма туристично-краєзнавчої роботи. Методичні засади організації експедицій. Методика планування експедиції з дослідження пам'яток природи, історії та культури району. Організація досліджень суспільно-економічних об'єктів краю.

Тема 5. Похід як форма туристично-краєзнавчої роботи. Етапи організації та проведення походу. Розробка маршруту, комплектація матеріального забезпечення, обладнання, розробка меню. Методи польових досліджень у поході.

Тема 6. Організація масових туристичних заходів. Методичні засади проведення туристичних змагань, зльотів тощо. Поняття зльоту, туристичного свята, тематичного вечора. Організація тематичних виставок, туристично-краєзнавчих вечорів, географічних тижнів тощо.

Тема 7. Застосування ігрових прийомів у туристично-краєзнавчій роботі. Рольові, туристичні, спортивні ігри, спортивне орієнтування, змагання з техніки туризму, конкурси та вікторини з різних галузей географічного знання

Кредит 4. Організація та проведення туристичних походів

Тема 1. Масові туристичні заходи – зльоти, змагання. Мета, завдання, структура та зміст масових туристичних заходів. Туристичні змагання на найкращій похід. Види змагань. Оцінки результатів змагань з техніки і тактики туризму. Види змагань. Організаційні форми проведення змагань. Матеріально-технічне забезпечення змагань. Вимоги до дисципліни змагань. Вимоги до учасників змагань. Туристичні зльоти як комплексні системи. Туристичні зльоти за видами туризму. Туристичні конкурси та змагання в програмі туристичних зльотів.

Тема 2. Туризм і охорона навколишнього середовища. Забезпечення безпеки. Основні нормативні акти з охорони природи, роль туристів у їх виконанні. Форми участі туристів в охороні природи: боротьба з браконьєрством і шкідництвом лісу, охорона водойм, насадження дерев. Основні положення з забезпечення безпеки туристів в умовах туристичних походів та змагань туристичної техніки. Самострахування. Взаємострахування. Масове страхування. Аварійна ситуація. Транспортування потерпілого подручними засобами.

Тема 3. Методика заохочення населення до занять туризмом. Мотиви та заохочення різних соціальних груп населення до занять туризмом. Методика набору груп з туризму. Рекреаційний напрям занять з починаючими туристами. Розвиток заохочення до занять спортивними видами туризму. Шкільний туризм як база формування заохочень до занять туризмом. Взаємозв'язок із заохоченими організаціями. Краєзнавство.

Тема 4. Методика ресурсного забезпечення занять туризмом. Підготовка, підвищення кваліфікації спеціалістів з туризму. Громадські туристичні кадри. Матеріально-технічне забезпечення спортивно-педагогічного вдосконалення занять з туризму. Основні характеристики навчально-туристичних полігонів. Обладнання туристичних смуг перешкод. Обладнання туристичних залів. Методичне забезпечення занять туризмом. Зміст видів і форми методичного забезпечення.

Тема 5. Організація і проведення початкової туристичної підготовки. Початкова туристична підготовка як частина системи підготовки та підвищення кваліфікації туристів. Основні складові туристичної підготовки. Загальнотуристична підготовка. Спеціальна туристична підготовка. Технічна підготовка починаючих туристів. Підготовка перед походом. Планування початкової туристичної підготовки. Організаційні форми проведення занять з програми початкової туристичної підготовки. Залікові та контрольні нормативи. Критерії дозування, обсягу, інтенсивності тренувань. Туристичний похід першої категорії як основний елемент початкової підготовки туриста. Формування знань і вмінь, навичок з туризму в умовах туристичного походу.

Тема 6. Організація і проведення туристичного походу з починаючими туристами. Вибір району туристичного походу. Розробка маршрутної документації. Розподіл обов'язків у туристичній групі. Планування основного та запасного варіантів маршруту. Підготовка особистого та групового зарядження. Розрахунок і підготовка продуктів харчування. Оформлення маршрутної документації. Забезпечення зв'язку за часом та місцем відповідно до контрольного терміну. Проведення туристичних походів у літніх, осінніх і зимових умовах. Особливості організації та проведення походів у різних видах туризму. Забезпечення безпеки – основна проблема організації туристичних походів з починаючими туристами. Особливості організації туристичних походів з різними віковими групами починаючих туристів.

Кредит 5. Проведення туристично-спортивних занять в позаурочний час

Тема 1. Туризм в позаурочний час. Мета, завдання, структура та зміст туристично-спортивних занять в позаурочний час. Туристичні змагання. Види змагань. Оцінки результатів змагань з техніки і тактики туризму. Матеріально-технічне забезпечення змагань в позаурочний час. Вимоги до змагань. Вимоги до учасників змагань.

Тема 2. Заняття туризмом – важлива складова національної культури. Туризм – важлива складова національної культури. Обґрунтування особливостей історико-культурних регіонів України для створення іміджевих брендів та розробки маршрутів за різними історико-культурними напрямками. Створення й

закріплення в масовій культурі конкретних символів, які сприятимуть просуванню в суспільстві відповідних культурних цінностей і формуванню нових суспільних ідеалів.

Тема 3. Проведення туристично-спортивних занять в позаурочний час. Ознайомлення з умовами, настановами та положенням про змагання. Детальне вивчення умов проходження дистанцій та окремих етапів. Відпрацювання техніки та тактики подолання окремих етапів та дистанції змагань в цілому, в залежності від наявності умов для тренувальних занять.

Кредит 6. Характеристика природно-географічного, суспільно-історичного, туристичного потенціалу України

Тема 1. Характеристика природно-географічного туристичного потенціалу України. Сутність та склад природних краєзнавчо-туристичних ресурсів. Поняття та класифікація краєзнавчо-туристичних ресурсів. Основні види природно-географічних туристичних ресурсів.

Тема 2. Суспільно-історичні туристичні ресурси України. Сутність та склад суспільно-історичних ресурсів. Біосоціальні рекреаційно-туристські ресурси. Фортеці, замки і монастирі як подієві ресурси.

Тема 3. Сутність та склад суспільно-історичних ресурсів. Поняття та класифікація суспільно-історичних ресурсів. Законодавство України про охорону культурної та архітектурної спадщини. Проблеми застосування суспільно-історичних ресурсів України у туризмі.

Тема 4 Біосоціальні рекреаційно-туристські ресурси. Стан краєзнавчої вивченості об'єктів, пов'язаних з життям і діяльністю знаменитих особистостей. Пам'ятники та садиби відомих осіб. Меморіальні комплекси. Місця пов'язані з особистостями народного епосу.

Тема 5 Фортеці, замки і монастирі як подієві ресурси. Стан краєзнавчої вивченості замків і фортець України. Характеристика видатних пам'яток фортифікаційного зодчества України. Використання замків, фортець і монастирів в туризмі.

Кредит 7. Спортивне орієнтування як вид спорту

Тема 1. Спортивне орієнтування як вид спорту. Етапи розвитку. Історія формування орієнтування як виду спорту. Скандинавський етап розвитку.

Розвиток орієнтування в Радянському Союзі. Сучасний етап розвитку в Україні. Міжнародна федерація орієнтування. Правила змагань.

Тема 2. Топографічні, спортивні карти. Масштаб. Топографічні карти. План місцевості. Поділ карт за масштабом. Дрібномасштабні, середньомасштабні, великомасштабні.

Тема 3. Компас. Умовні знаки спортивних карт. Визначення сторін горизонту за допомогою компаса. Умовні знаки, їх поділ на групи. Масштабні, лінійні та позамасштабні знаки. Техніка виконання та методика навчання.

Тема 4. Вимірювання відстаней. Перші кроки за азимутом. Визначення точки знаходження. Вирішування завдань на місцевості. Азимут. Рух за азимутом.

том. Засоби визначення точки знаходження. Порівняння карти з місцевістю. Техніка виконання та методика навчання.

Тема 5. Прийоми орієнтування за картою. Орієнтування за компасом. Орієнтування за місцевими ознаками, сонцем, за рисками на карті.

Тема 6. Рельєф місцевості і його зображення на спортивних картах. Горизонталь. Висота перерізу рельєфу. Макроформи і мікро- форми рельєфу.

Тема 7. Комплексне читання карти. Перенесення КП. Різномісцеві карти з умовними знаками. Вимірювання відстаней. Перенесення контрольних пунктів. Техніка виконання та методика навчання.

Кредит 8. Базова туристська підготовка орієнтувальника

Тема 1. “Узяття” КП і ближній пошук. Прив’язка до орієнтирів. “Квадрат” і “змійка”. Техніка виконання та методика навчання.

Тема 2. Відновлення орієнтування. Аналіз втрат часу. Орієнтування за картою. Азимут. Орієнтування за місцевими ознаками. Техніка виконання та методика навчання.

Тема 3. Тактико-технічні прийоми вибору руху. Вибір шляху руху орієнтувальника. Рух за азимутом, орієнтирами. Комбінований рух. Фактори, що впливають на вибір. Техніка виконання та методика навчання.

Тема 4. Організація і проведення змагань зі спортивного орієнтування. Організація старту змагань з орієнтування у заданому напрямку. Обладнання дистанції з орієнтування у заданому напрямку та її проходження. Організація фінішу.

Тема 5. Визначення результатів змагань з орієнтування у заданому напрямку. Нарахування очок при різній кількості залікових учасників змагань. Нарахування очок для команд за результатами естафети. Положення про змагання.

Тема 6. Заходи безпеки при проведенні змагань та тренувань. Безпека туристичної подорожі. Закон України «Про туризм». Головні фактори небезпечності: травмонебезпека, небезпечна дія навколишнього середовища

Тема 7. Медичне забезпечення змагань зі спортивного орієнтування. Вимоги до здоров’я туристів. Лікарський контроль перед походом. Правила санітарії і гігієни в походах.

Вимоги до одягу, взуття туриста. Попередження потертостей і попрілостей. Ознаки найбільше поширених захворювань у походах. Травматизм у походах. Профілактика захворювань і травм. Контроль самопочуття туристів у поході. Використання недоброякісної їжі, ягід, грибів як можливий чинник виникнення захворювань.

Перша медична допомога в поході. Склад медичної аптечки. Збереження, транспортування і застосування ліків. Застосування лікарських рослин у поході з метою профілактики захворювань. Способи транспортування потерпілого.

Кредит 9. Туризм як галузь рекреації.

Тема 1. Загальне уявлення про рекреацію. Рекреація як соціокультурний феномен сучасного світу. Соціально-економічна сутність та основні функції

рекреації. Відпочинок та рекреація: спільне та особливе.

Тема 2. Рекреаційний потенціал та рекреаційні ресурси. Рекреаційний потенціал території та проблеми його оцінки. Рекреаційні ресурси: загальні характеристики та основні класифікації. Специфіка туристських ресурсів.

Тема 3. Туризм як специфічна форма міжнародної торгівлі послугами.

Рекреація і відпочинок. Види діяльності людини під час відпочинку. Рекреаційне підприємство та рекреаційне господарство. Зони рекреації.

Тема 4. Туризм і регіональний розвиток. Поняття господарчий потенціал рекреації. Рекреаційне освоєння. Погляди на рекреаційну освоєність.

Кредит 10. Особливості рекреаційної діяльності. Рекреаційна система

Тема 1. Загальне уявлення про рекреаційну діяльність. Рекреаційні потреби – основа рекреаційної діяльності. Основні класифікації рекреаційної діяльності. Структура рекреаційної діяльності.

Тема 2. Основні концепти рекреаційної діяльності. Основні моделі рекреаційної діяльності. Поняття рекреаційне проектування. Елементарні рекреаційні заняття як складові рекреаційної діяльності. Поняття «цикл рекреаційних занять» та його основні характеристики.

Тема 3. Концепції рекреаційних систем. Концепція рекреаційних систем В.Преображенського. Територіальні рекреаційні системи. Характеристика підсистем територіальних рекреаційних систем.

Тема 4. Туризм як галузь рекреаційної діяльності. Види і форми туризму. Загальні уявлення про туристський регіон. Основні характеристики туристського центру.

Тема 5. Проблеми та перспективи розвитку рекреаційної сфери та туризму в Україні. Основні орієнтири розвитку рекреаційної сфери України на сучасному етапі. Нормативно-правове регулювання рекреаційної діяльності. Проблеми підготовки кадрів для рекреаційної сфери.

Кредит 11. Рекреаційні ресурси України.

Тема 1. Природно-ресурсний потенціал земель рекреаційного, курортного та природоохоронного значення. Поняття рекреаційний потенціал. Рекреаційний потенціал як умова розвитку рекреації. Основні властивості рекреаційного потенціалу. Природно-рекреаційний потенціал як передумова розвитку туризму. Оцінки рекреаційного потенціалу: рельєф, клімат, вода, мінеральна вода, флора та фауна, природні ресурси, культурно-історичні ресурси.

Тема 2. Територіальна структура рекреаційного комплексу України. Територіальний характер рекреаційних систем (ТРС). Уявлення про ТРС. Погляди на розуміння ТРС. Особливості вивчення ТРС. Головні завдання ТРС. Основні функції ТРС: економічна, бюджетна, соціальна. Основні фактори територіальної організації рекреаційного господарства.

Тема 3. Курортна система України. Рекреаційні ресурси та курортологія. Зародження і розвиток курортів. Медична кліматологія і кліматотерапія. Мінеральні води і лікувальні грязі. Лікувальне значення та методика застосування озокериту. Охорона курортних ресурсів від виснаження і забруднення.

Тема 4. Рекреаційна система Карпатського регіону. Основні підходи до визначення туристського регіону. Фактори формування туристського регіону. Статичні та динамічні фактори. Екзогенні та ендегенні фактори. Туристський регіон та регіональний туризм. Особливості розвитку регіонального туризму. Умови розвитку регіонального туризму.

Тема 5. Історико-архітектурне середовище людини і рекреація. Культурно-історичні ресурси. Ознаки екскурсії і екскурсійний метод пізнання. Пам'ятки археології, пам'ятки мистецтва, археологічні знахідки, мінералогічні, ботанічні і зоологічні колекції, документальні пам'ятки та інші речі, предмети і документи.

Тема 6. Проблемно-методичні питання визначення величини рекреаційних навантажень на ландшафтні комплекси природно-заповідних рекреаційних територій. Особливості формування рекреаційних ресурсів в основних природних зонах. Рекреаційне навантаження. Визначення величин рекреаційних навантажень. Рекреаційна місткість (ємність) природної території.

Тема 7. Природний рекреаційний потенціал і його визначення на прикладі Карпатського регіону. Поняття «туристський центр». Основні підходи до вивчення туристських центрів. Поняття «центр туризму» та «туристський центр». Типологія туристських центрів. Фактори формування туристських центрів.

3. Рекомендована література

Базова

1. Закон України від 15 вересня 1995 року №324 / 95 – ВР «Про туризм»
2. Ахмадулін. Ф.А. «Організація та проведення туристичних змагань школярів». 1983р.
3. Гонопольський В.И. «Уроки туризму»: посібник для вчителів» МО; 1998р.
4. Моргунов Б.Л. «Туризм: учбовий посібник для студентів педагогічних Інститутів». – М., Просвещение 1978 р.
5. Алешин В.М., Серебрянський А.В. «Туристична топографія». – М. 1985.
6. Алешин В.М., Серебрянский А.В. Туристская топография.–М, 1985.
7. Бардин А. Азбука туризма.– М., 1985.
8. Берлянт А.М. Карта рассказывает.– М., 1978,
9. Забалій М.Д., Петровський В.С. Пішохідний і лижний туризм,– К., 1984.
10. Иванов А.А. Начальная подготовка ориентировщика.– М., 1985
11. Костриця М.Ю., Обозний В.В. Шкільна краєзнавчо-туристична робота.– К., 1995
12. Кодыш Э. Соревнования туристов М., 1990
13. Пимкин А Школа виживання Електронний підручник сайт eхеbook.com
- 14.Серба Т. Ситуаційні задачі як метод навчання та контролю знань у гуртках спортивного туризму.– Тернопіль, 2000
15. Спутник туриста.– К.: Здоров'я, 1983.
16. Усов А. Орієнтування в подорожі. Краєзнавство. Географія. Туризм № 36, 2005.

Допоміжна

1. Правила змагань з спортивного туризму

2. ПРАВИЛА проведення туристських подорожей з учнівською та студентською молоддю України
3. Міська бібліотека ім. М.Кропивницького
4. Алексеев С. С., Рубель Р. Б. Размышления о туризме. Свердловск, Средне-Уральское книжное изд-во, 1974.
5. Бодалев А. А, Формирование понятия о другом человеке как личности. Л., Изд. ЛГУ, 1970.
6. Шибутани Т. Социальная психология. М" "Прогресс", 1969.
7. Добрович А. Б. Общение: наука и искусство. М., "Знание", 1978.
8. Карнеги Д. Как приобретать друзей и оказывать влияние на людей. "ЭКО", 1978, 4-6; 1979, 1-3.
9. Ковалев А. Г. Коллектив и социально-психологические проблемы руководства. М., Политиздат, 1975.
10. Коломинский Я. Л. Человек среди людей. Изд. 2-е. М., "Молодая гвардия", 1973.
11. Кон И. С. Социология личности. М., Политиздат, 1967; Открытие "Я". М., Политиздат, 1978.
12. Кузьмин Е. С., Волков. И. П., Емельянов Ю. Н. Руководитель и коллектив. Л Леиздат, 1974.
13. Социальная психология личности. Л., "Знание", 1974.
14. Общая психология. Под ред. А. В. Петровского. М" "Просвещение", 1976.
15. Социальная психология. Под общ. ред. Г. П. Предвечного и Ю. А. Шерковина. М" Политиздат, 1975.
16. Парыгин Б. Д. Основы социально-психологической теории. М" "Мысль", 1971; Научно-техническая революция и личность. М., Политиздат, 1978.
17. Штюрмер Ю. А. Опасности в туризме мнимые и действительные, М" "Физкультура и спорт", 1972.

Інформаційні ресурси

1. Сайт кафедри фізичної культури та спорту МНУ ім. В.О.Сухомлинського.
2. <http://www.uaf.org.ua/>
3. <http://iaaf.org/>
4. <http://www.european-athletics.org/>
5. http://tourlib.net/books_ukr/petranivsky4.htm
6. <https://uk.wikipedia.org>
7. http://pidruchniki.com/14170120/kulturologiya/vid_avtora
8. <http://nsku.org.ua/>
9. <http://korolenko.kharkov.com/kray/kray0.html>
10. <http://www.lnu.edu.ua>

4. Форма підсумкового контролю успішності навчання

Підсумковим контролем успішності навчання студентів є **залік**.

5. Засоби діагностики успішності навчання

Діагностичний розділ визначає диференційований та об'єктивний облік результатів навчальної діяльності студентів і включає в себе ряд підрозділів:

- Опитування студентів під час проведення лабораторних занять.
- Оцінювання письмових завдань
- Оцінювання контрольних робіт
- Перевірка та оцінювання самостійної роботи студентів відбувається під час опитування.

Всі питання, які винесені до самостійної підготовки, внесені у перелік питань, необхідних для підготовки до лабораторних робіт. Крім того, контрольні роботи проводяться з урахуванням тем, які винесені на самостійну підготовку.

- Використання пакетів тестів
- Використання пакетів завдань для підсумкового контролю знань
- Індивідуальне науково-дослідне завдання
- Контроль засвоєння професійних навичок

Оцінка рівня теоретичних знань здійснюється за допомогою:

- а) модульних контрольних робіт, що базуються на засвоєному навчальному матеріалі модуля, включаючи матеріал, винесений на самостійне опрацювання;
- б) підготовки планів-конспектів окремих частин та заняття краєзнавчо-туристичної роботи в цілому для школярів різних вікових груп і практичного проведення заняття, або його складових частин; аналізу проведення студентом заняття з організації краєзнавчо-туристичної роботи для учнів ЗОШ, або ж його складових частин; доповнень та зауважень під час аналізу навчальної практики.

Оцінка рівня оволодіння туристичними вправами, теоретичним основам історії, археології рідного краю та спортивного орієнтування, здійснюється за допомогою:

- а) оцінювання практичного виконання студентами окремого елемента туристичної переправи;
- б) практичного виконання студентами цілісного завдання у змагальних умовах, згідно з правилами змагань з краєзнавчого туризму.

При виконанні окремих вправ враховується оздоровчий результат, показаний студентом, при виконанні даної вправи.

Додаткові бали студент може отримати: за науково-дослідну роботу: підготовку реферату, доповіді на засіданні гуртка або студентській конференції, наукової статті. Максимальна оцінка за один кредит складає **100 балів**.