

## АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ СПОРТИВНИЙ ТУРИЗМ

**1. Метою вивчення навчальної дисципліни «Спортивний туризм» спеціальності 017 Фізична культура і спорт першого (бакалаврського) рівня є оволодіння знаннями і вміннями організовувати туристичні походи та подорожі з молоддю та ознайомленням з характерними специфічними особливостями туристичної діяльності як засобу фізичного виховання.**

Навчальна дисципліна «Спортивний туризм» взаємопов'язана з такими навчальними дисциплінами: «Теорія і методика фізичного виховання», «Анатомія людини», «Фізіологія», «Гігієна», «Педагогіка», «Психологія», «Теорія і методика викладання спортивних ігор», «Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав».

**2. Перелік компетентностей, здобуття яких гарантуватиме вивчення навчальної дисципліни.**

Відповідно до освітньо-професійної програми (затверджена ухвалою вченої ради К-ПНУ імені Івана Огієнка від 30 травня 2017 року, протокол за № 6) у здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня формуються наступні *загальні компетентності*:

- здатність проведення досліджень на відповідному рівні;
- здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел;
- здатність приймати обґрунтовані рішення.

*Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:*

- *здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.*
- *використання професійно-профільних знань та практичних вмінь і навичок в організації краєзнавчо-туристичної діяльності та спортивного туризму.*

## **Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування.**

*Загальні компетенції:*

*1. Здатність проведення досліджень на відповідному рівні.*

Тренер з обраного виду спорту володіє понятійним апаратом, вміє визначати: актуальність, мету, завдання, об'єкт, предмет, наукову новизну, практичне значення дослідження. Використовуючи загальнонаукові, педагогічні, психологічні, медико-біологічні, соціологічні методи дослідження в змозі провести констатувальний чи формувальний педагогічний експеримент. За результатами проведених досліджень може робити відповідні висновки, впроваджувати результати наукових досліджень у практику.

*2. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.*

Випускники-тренери факультету фізичної культури спеціальності 017 Фізична культура і спорт володіють понятійним апаратом, уміють класифікувати літературні джерела. Використовуючи всесвітню мережу Інтернет пошукові системи Google, YouTube та інші здійснюють пошук необхідної новітньої інформації щодо різних засобів, методів, методик поведення занять, готують презентації з тем, які розглядаються і обговорюються на тренувальних заняттях з туристичної діяльності.

*3. Здатність приймати обґрунтовані рішення.*

Тренер з туризму володіє вміннями швидкого реагування на різні випадки як у туристичному поході, так і на навчально-тренувальних заняттях з туризму. Це стосується надання першої долікарської допомоги при переломах, вивихах, забоях; при кровотечах, опіках, отруєннях. Надання першої долікарської допомоги при укусах змій, бджіл, комах, собак. Види пов'язок і правила накладання шин. А також приймає рішення щодо різних побутових проблем і розв'язання конфліктів між учасниками, що виникають у туристичному поході.

*Спеціальні (фахові) компетентності:*

*1. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.*

Випускники спеціальності 017 Фізична культура і спорт володіють вміннями використовувати спеціальне групове (туристичне: карабіни, мотузки, переправи, намети та ін.) та індивідуальне спорядження (кухонний інвентар, засоби гігієни та ін.) для походів різної категорії складності на заняттях секції з туризму та у туристичних походах. А також укласти рюкзак; комплектувати медичну аптечку, надавати долікарську допомогу; скласти харчовий раціон та кошторис походу; заготовляти продукти та зберігати їх.

*2. Використання професійно-профільних знань та практичних вмінь і навичок в організації краєзнавчо-туристичної діяльності та спортивного туризму*

Тренер з туризму володіє знаннями з організації спортивно-масової роботи; засобами агітації і пропаганди туристсько-краєзнавчої роботи для залучення школярів в шкільні секції та гуртки; навичками організації проведення змагань з техніки туризму; навичками організації та проведення прогулянок, екскурсій, походів: формуванням та вдосконаленням життєво необхідних, професійно-прикладних та спортивних навичок; навичками формування практичного понятійного розуміння туризму як засобу фізичного виховання у школярів; навичками та знаннями формування у школярів екологічної освіти.

### **3. Зміст навчальної дисципліни за модулями та темами**

#### **Змістовий модуль 1**

#### **Організація туристичних походів**

Тема 1. Правила організації та проведення туристичних походів з учнівською та студентською молоддю. Ознайомлення студентів з правилами організації та проведення туристичних походів та оформленням маршрутної документації. Вимоги щодо формування туристичних груп учнівської та

студентської молоді. Обов'язки і права керівника та заступників керівника туристичної групи (подорожі) учнівської та студентської молоді. Обов'язки і права учасника туристичної подорожі з учнівського та студентською молоддю.

Тема 2. Оформлення маршрутної документації на проведення туристичних подорожей з активними способами пересування з учнівською та студентською молоддю.

Тема 3. Самоврядування туристичної групи. Ознайомлення студентів з основними посадовими обов'язками учасників походу. Основні обов'язки кожної посади протягом туристично-краєзнавчого циклу. Поняття краєзнавчих посад. Основні обов'язки учасників походу на краєзнавчих посадах.

Тема 4. Планування маршруту походу. Навчити студентів розробляти, обирати маршрут та організовувати походи різної категорії складності. Вибір і розробка маршруту. Організація руху та орієнтування в поході.

Тема 5. Кошторис походу. Випуск групи на маршрут. Групове та індивідуальне спорядження для походів різної категорії складності. Організація харчування туристів у поході

Тема 6. Організація та техніка бівачних робіт. Організація бівачних робіт. Техніка бівачних робіт: установка наметів; робота біля вогнища; види вогнищ та їх призначення; розпалювання вогнища. Згортання табору. Забезпечення безпеки в туристичному поході. Забезпечення безпеки в туристичному поході.

Тема 7. Медичне забезпечення походу. Визначення поняття - перша долікарська допомога. Надання першої долікарської допомоги при переломах, вивихах, забоях. Надання першої долікарської допомоги при кровотечах, опіках, отруєннях. Надання першої долікарської допомоги при укусах змій, бджіл, комах, собак.

Тема 8. Навчання студентів вчасно і правильно надавати першу долікарську допомогу при різних видах травм. Комплектування аптечки. Види пов'язок і правила накладання шин.

#### **4. Обсяг вивчення навчальної дисципліни:**

- кількість кредитів ЄКТС – 4;
- кількість годин – 120;
- кількість аудиторних годин – 40, 10 годин лекцій, 30 години практичних занять;
- кількість годин самостійної роботи – 80.

#### **5. Форма семестрового контролю – залік.**

#### **6. Інформація про науково-педагогічних працівників, які забезпечують викладання дисципліни:**

Зубаль Майя Вікторівна, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент.

#### **7. Перелік основної літератури:**

1. Грабовський Ю. А. Скалій О. В., Скалій Т. В. Спортивний туризм: навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга–Богдан, 2009. 304 с.
2. Гуска М. Б., Зубаль М. В. Основи теорії і методики рекреаційно-оздоровчого туризму: методичні рекомендації. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2018. 100 с.
3. Гуска М. Б., Стринадко В. С., Гуска М. В., Зубаль М. В., Стюк І. І. Перша долікарська допомога та критичні ситуації під час подорожей: навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2017. 264 с.
4. Дмитрук О. Ю., Щур Ю. В. Спортивно-оздоровчий туризм: навчальний посібник. Київ: Альтерпрес, 2008. 280 с.

5. Зубаль М. В., Райтаровська І. В. Практикум з дисципліни «Організація краєзнавчо-туристичної діяльності». Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький, 2011. 18с.

6. Козинець В.М. Безпека життєдіяльності у сфері туризму: навчальний посібник. Київ: Кондор, 2006. 576с.

7. Пангелов Б. П. Організація і проведення туристсько-краєзнавчих подорожей: навчальний посібник. Київ: Академвидав, 2010. 248 с.