

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
КАФЕДРА СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ**

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Організація спортивно-оздоровчого туризму

(шифр і назва навчальної дисципліни)

галузь знань 24 Сфера обслуговування

(шифр і назва)

спеціальність: 242 «Туризм»

(шифр і назва спеціальності)

Факультет туризму

(назва інституту, факультету, відділення)

рівень освіти: бакалавр

Робоча програма з дисципліни «Організація СОР» для студентів спеціалізації Туризмознавство за спеціальністю 242 Туризм V-VI с. (денна форма навчання)

Розробник: викл. Курах О.С.

Навчальна програма затверджена на засіданні кафедри спортивного туризму

Протокол від “4” вересня 2018 року № 1

Завідувач кафедри
спортивного туризму

(підпис)

(Кухтій А.О.)
(прізвище та ініціали)

Навчальна програма затверджена на засіданні Ради факультету туризму

Протокол від. “ ____ ” _____ 2018 року № ____

Голова _____
(підпис)

(Холявка В.З.)
(прізвище та ініціали)

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри спортивного туризму

Протокол від. “ ____ ” _____ 2018 року № ____

Завідувач кафедри спортивного туризму

(підпис)

(Кухтій А.О.)
(прізвище та ініціали)

© _____, 2018 рік

© _____, 2018 рік

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 24 «Сфера обслуговування»	Нормативна (цикл професійної та практичної підготовки)	
	Напрямок підготовки Туризм		
Модулів – 1	Спеціальність 242 «Туризм»	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 2		3-ий	
Індивідуальне науково-дослідне завдання _____		Семестр	
Загальна кількість годин – 90		6-ий	
Тижневих годин для денної форми навчання: - аудиторних – 2 - самостійної роботи студента – 2	Освітньо-кваліфікаційний рівень: <i>бакалавр</i>	30 год.	
		Семінарські, практичні	
		30 год.	
		Лабораторні	
		-	
		Самостійна робота	
		30 год.	
		Індивідуальні завдання	
		-	-
Вид контролю: залік			

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни «Організація СОР» є вдосконалення загальної фізичної підготовки, покращення спеціальної технічної і методичної підготовки, практичне застосування знань і навичок з

тактики і техніки туризму, а також вміти правильно організувати спортивно-оздоровчу діяльність. Спортивно-оздоровчий туризм, як і інші види спорту, дозволяє в ході виконання спортивних нормативів покращити спортивну підготовку учасників туристських походів.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен:

знати: туристичні ресурси України; організаційні засади проведення туристичної роботи; функції спортивно-оздоровчого туризму, вимоги до безпеки туристичної діяльності; основи програмування навантажень та контролю їх впливу на організм людини.

вміти: організувати туристські мандрівки з пішого, водного, і спелеотуризму; організувати туристські злети і змагання з різних видів туризму; організувати управлінську діяльність у низових туристичних колективах різного типу.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 90 годин / 3 кредити ECTS.

3. Програма навчальної дисципліни

МОДУЛЬ 1

Змістовий модуль 1. Спортивно-оздоровча діяльність

Тема 1. Поняття та історія виникнення СОР

Вступ. Поняття спортивно-оздоровчого туризму. Функції СОР. Види спортивно-оздоровчого туризму.

Тема 2. Спортивно-оздоровча діяльність

Організований і неорганізований туризм. Пішохідний туризм. Водний туризм. Велосипедний туризм. Спелеологічний туризм. Гірськолижний туризм.

Тема 3. Сучасний стан СОР в Україні

Проблема розвитку туризму в Україні. Напрями дослідження спортивно-оздоровчого туризму.

Тема 4. Розвиток екстремальних різновидів спортивно-оздоровчого туризму

Поняття про екстремальні розваги. Польоти на повітряних кулях. Парашутизм. Повітроплавання в Україні. Сплави по річках. Сафарі

Змістовий модуль 2. Організація та проведення туристичних походів

Тема 5-6 Підготовка та проведення походів

Організація проведення туристичного походу. Організація харчування у поході. Рух групи на маршруті. Фізична підготовка

Тема 7-8 Організація спортивно-оздоровчих послуг

Поняття спортивно-оздоровчих послуг, умови їх розміщення і класифікація. Структура спортивно-оздоровчих послуг. Основні принципи організації спортивно-оздоровчих послуг.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин					
	Денна форма					
	усього	л	с	п	лаб	с.р
1	2	3	4	5	6	7
МОДУЛЬ 1. Організація СОТ						
Змістовий модуль 1. Спортивно-оздоровча діяльність						
ТЕМА 1. Поняття та історія виникнення СОТ	10	2	4	-	-	4
ТЕМА 2. Спортивно-оздоровча діяльність	10	2	4	-	-	4
ТЕМА 3. Сучасний стан СОТ в Україні	12	2	4	-	-	6
ТЕМА 4. Розвиток екстремальних різновидів спортивно-оздоровчого туризму	18	2	4	6	-	6
Разом за змістовним модулем 1	50	8	16	6	-	20
Змістовий модуль 2. Організація туристичних походів						
ТЕМА 5-6 Підготовка та проведення походів	20	4	6	6	-	4
ТЕМА 7-8 Організація спортивно-оздоровчих послуг	20	4	6	6	-	4
Разом за змістовним модулем 1	40	8	12	12	-	8
Разом за модулем 1	90	16	28	18	-	28
1	2	3	4	5	6	7

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
Модуль 1		

1	Спортивно-оздоровчий туризм як засіб зміцнення здоров'я молоді	2
2	Соціальне значення масового розвитку туризму	2
3	Спортивно-оздоровчий туризм як засіб рекреації	2
3	Базова географічна підготовка туриста	2
4	Соціально-психологічні основи організації спортивно-оздоровчого туризму	2
5	Організація руху в туристському поході	2
6	Організація побуту, харчування, постачання в туристському поході	4
7	Організація і методика проведення туристських змагань	4
8	Охорона здоров'я в туристському поході	4
9.	Критичні ситуації в туристському поході та їх подолання	4
Разом		28

6. ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Поїздка до с. Страдч	6
2	Розробити харчування (2-х)денний похід	6
3	Орієнтування на місцевості	6
Разом		18

7. САМОСТІЙНА РОБОТА

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
-------	------------	-----------------

1	Туризм як явище громадського життя	2
2	Про вплив спортивно-оздоровчого туризму на психофізіологічні показники організму молоді	4
3	Ресурсний потенціал розвитку спортивно-оздоровчого туризму в Україні	4
4	Роль маршрутно-кваліфікаційних у розвитку спортивно-оздоровчого туризму	2
5	Страховка і самостраховка під час руху	2
6	Ресурсний потенціал розвитку спортивно-оздоровчого туризму в Україні.	4
7	Спортивні організації	2
8	Маркування туристських маршрутів	4
9	Безпека у сфері туризму	2
10	Запобігання конфліктів у спортивно-туристичній діяльності	2
Разом		28

8. Методи контролю

Поточний контроль здійснюється під час проведення семінарських занять в усній та письмовій формах.

- Опитування.
- Перевірка завдань для самостійної роботи.
- Перевірка матеріалів самопідготовки.
- Виконання завдань практичних занять.

Підсумковий контроль – залік (VI семестр – денна форма)

9. Залікові вимоги

1. Завдання та особливості спортивно-оздоровчого туризму.
2. Організаційні форми туристських заходів.
3. Загальна характеристика основних видів СОР.
4. Загальні положення щодо організації спортивно-оздоровчих походів.

5. Формування туристичної групи - важливий етап підготовки до турпоходу.
6. Самоврядування туристичної групи. Туристичні посади в групі.
7. Методи фіксації інформації під час туристського походу. Щоденник туриста, зарисовки, абрисы, кроки.
8. Туристські маршрути: поняття та види.
9. Методичні принципи розробки туристських маршрутів.
10. Тактика, техніка та орієнтування на маршруті.
11. Завдання та особливості спортивно-оздоровчого туризму.
12. Формування туристичної групи - важливий етап підготовки до турпоходу.
13. Самоврядування туристичної групи. Туристичні посади в групі.
14. Туристські маршрути: поняття та види.
15. Методичні принципи розробки туристських маршрутів.
16. Тактика, техніка та орієнтування на маршруті.
17. Пересування в польових умовах. Порядок і режим руху.
18. Страхівка і самострахівка під час руху.
19. Рух пішки. Особливості пересування по розчленованій місцевості.
20. Пересування по воді. Долання водних перешкод.
21. Пересування транспортними засобами.
22. Групове та особисте спорядження для походів різної категорії складності.
23. Харчування в туристському поході.
24. Енергетичні витрати організму.
25. Характеристика основних продуктів харчування.
26. Вода. Режим водоспоживання.
27. Туристське кострове і кухонне спорядження. Багаття.
28. Класифікація масових туристських заходів.
29. Організація зльотів і змагань.
30. Змагання з окремих видів туризму.
31. Навчально-тренувальні комплекси. Тренінги.
32. Медичні вимоги до учасника туристського походу.
33. Самоконтроль під час туристського походу.
34. Перша медична допомога в туристському поході.
35. Оцінка загального стану потерпілого, локалізації і характеру ушкодження.
36. Основні прийоми і правила надання першої медичної допомоги.
37. Обов'язки санінструктора в туристському поході. Похідна аптечка.
38. Критичні ситуації: поняття, загальна характеристика.
39. Основні правила поведінки туриста в критичних ситуаціях.
40. Психологічний аспект екстремальних ситуацій і катастроф.
41. Медичний аспект екстремальних ситуацій і катастроф.
42. Втрата продуктів та голод, як фактори в турпоходах. Основні правила поведінки туристів в таких критичних умовах та можливі способи їх уникнення.
43. Втрата спорядження, холод, укриття в походах різних видів.
44. Втрата води. Спекта і спрага. Способи здобуття води при відсутності природних джерел та водойм.

10. Розподіл балів, які отримують студенти

Форма навчання							Сума
	ЗМ 1				ЗМ 2		
	T1	T2	T3	T4	T5-6	T7-8	
Денна (усього балів)	0-13	0-13	0-13	0-19	0-21	0-21	100
Опитування на семінарах	0-5	0-5	0-5	0-5	0-10	0-10	
Конспекти самопідготовки	0-3	0-3	0-3	0-4	0-4	0-4	
Практичні роботи	-	-	-	0-5	-	-	
Самостійні роботи	0-5	0-5	0-5	0-5	0-5	0-5	

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75-81	C		
68-74	D	задовільно	
61-67	E		
35-60	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Рекомендована література

Основна:

1. Закон України “Про туризм” 1995.
2. Биржаков М.Б. Введение в туризм. – Санкт Петербург: Издательский торговый дом «Герда», 1999. – 192 с.
3. Дрогачев С.П. Туризм и здоровья. – Москва: здоровье, 1984.
4. Кабушкин Н.И. Менеджмент туризма: Учебное пособие. – Минск: БГЭУ, 1999. – 644 с.

5. Квартальнов В.А. Современные концепции социального туризма. – Москва: Наука, 1993.
6. Квартальнов В.А. Туризм: Учебник. – Москва: Финансы и статистика, 2000. – 320 с.
7. Международные спортивные объединения и туристские организации. – Москва: Физкультура и спорт, 1973. – 328 с.

Допоміжна:

8. Миндалевич С.В. Туризм для всех. - Москва: Знание, 1988. (Новое в жизни, науке, технике. Серия “Физкультура и спорт”, № 10).
9. Організація та методика оздоровчої фізичної культури і рекреаційного туризму: Навчальний посібник / Жданова О.М., Тучак А.М., Поляковський В.І., Котова І.В. – Луцьк: Редакційно-видавничий відділ “Вежа” Державного університету імені Лесі Українки, 2000. – С. 175-233.
10. Пасечный П.С. Путешествуйте на здоровье! – Москва: Знание, 1988. (Новое в жизни, науке, технике. Серия “Физкультура и спорт”, № 7).
11. Смирнов В.И. Зовут дороги дальние. – Москва: Знание, 1988. (Новое в жизни, науке, технике. Серия “Физкультура и спорт”, № 5).
12. Тімець О.Б. Краєзнавство і туризм. – К.: Знання, 1999. – 120 с.
13. Уваров В.Д., Борисов К.Г. Международные туристические организации: Справочник. – Москва: Международные отношения, 1990. – 288 с.
14. Энциклопедия туриста. – Москва: Большая Российская энциклопедия, 1993. – 605 с.

Інформаційні ресурси інтернет:

1. <http://tourlib.net/lib.htm>
2. <https://tourism-book.com/books/book-45/chapter-1481/>
3. Електронний каталог ЛДУФК [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/book/index.php>
4. Електронний репозитарій ЛДУФК [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
5. Велосипедний туризм : анот. бібліогр. покажч. трьома мовами [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 14 с. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/4775>
6. Водний туризм : анот. бібліогр. покажч. трьома мовами [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 21 с. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/4795>
7. Гірський туризм : анот. бібліогр. покажч. трьома мовами [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 13 с. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/5238>
8. Оздоровчий туризм : анот. бібліогр. покажч. трьома мовами [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2017. – 21 с. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/6146>
9. Спортивний, спортивно-оздоровчий туризм : анот. бібліогр. покажч. трьома мовами [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2017. – 21 с. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/6149>