

Міністерство освіти і науки України
Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського

Кафедра спортивного туризму

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Декан факультету туризму
_____ доц. Холявка В. З.

«_____» _____ 2020 р.

СИЛАБУС КУРСУ «Спортивно-туристичні подорожі»

напрямок підготовки 24 „Сфера обслуговування”
спеціальність 242 „Туризм”

Затверджено на засіданні кафедри спортивного туризму
Протокол від « » серпня 2020 року №
Завідувач кафедри спортивного туризму
кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент _____ *Кухтій А.О.*

Схвалено вченою радою факультету туризму
Протокол № 1 від « » 2020 року
« » _____ 2020 року Декан _____ доц. *Холявка*
В.З.

©Лабарткава К.В., 2020

© Львівський державний університет фізичної культури ім. І.Боберського, 2020

Назва курсу	Спортивно-туристичні подорожі
Адреса викладання курсу	м. Львів, 79014 вул. Черемшини 17.
Факультет та кафедра, за якою закріплена дисципліна	Факультет туризму, кафедра спортивного туризму
Галузь знань, шифр та назва спеціальності	Галузь знань 24 «Сфера обслуговування», спеціальність 242 Туризм
Викладачі курсу	Лабарткава Костянтин Володимирович, викладач кафедри спортивного туризму
Контактна інформація викладачів	Лабарткава К.В. e-mail: Labkostiantyn@gmail.com Сторінка викладача на Веб-сайті спортивного туризму sporttour@ldufk.edu.ua
Консультації по курсу відбуваються	Понеділка з 14:45-16.20 –год. Вівторок 10.45- 12.20, 12.30-14.05 Адреса: вул. Черемшини, 17, Львів, Львівська область, 79014.
Сторінка курсу	https://www.ldufk.edu.ua/index.php/kafedra-sportivnogo-turizmu.html
Інформація про курс	Курс враховує накопичений в останні роки досвід , щоб надати учасникам необхідні знання, обов'язкові для того, щоб: <ul style="list-style-type: none"> - аналізувати ринок спортивно-туристичних послуг; - проаналізувати розподіл і рух туристичних потоків у межах України та у світі; - розрахувати потреби населення країни чи регіону в спортивних та туристичних послугах; - вміти організувати і розробляти спортивно-оздоровчі тури. <p>В курсі представлено ринок спортивно туристичних послуг в Україні, класифікаційні ознаки, організацію проведення. Значну увагу приділено таким видам туризму як спелеотуризм, гірськолижний, повітряним видам туризму, водний, кінний, космічний тощо, закономірностям формування екстремальних туристичних послуг, функціонування та територіальної організації.</p>
Коротка анотація курсу	Дисципліна «Спортивно-туристичні подорожі» є основною дисципліною зі спеціальності 242 «Туризм», яка викладається в I семестрі обсягом 3 кредитів (за Європейською Кредитно-Трансферною Системою ECTS).
Мета та цілі курсу	<i>Метою</i> викладання навчальної дисципліни «Спортивно-туристичні подорожі» є сформувати у студентів теоретичні знання щодо туристичної діяльності і на основі вивчення та аналізу спортивно-туристичного потенціалу країн, визначити потенціал і окреслити шляхи організації спортивного туризму в Україні. <i>Завдання курсу:</i> - сформувати знання про об'єкт і предмет вивчення спортивного туризму; ознайомлення з термінологією та понятійним спортивно-оздоровчими видами туризму; ознайомлення з найпоширенішими видами спортивного туризму та організацією їх проведення; розвивати вміння застосовувати набуті теоретичні знання на практиці.

**Література для вивчення
дисципліни**

Основна література:

1. Абрамов В. В. Спортивний туризм: підруч. / Харк. Нац. акад. міськ. госп-ва.-Х.:ХНАМГ, 2011. – 367 с.
2. Дехтяр В.Д. Основи оздоровчо-спортивного туризму: навчальний посібник для закладів освіти / В.Д. Дехтяр. – К.: Науковий світ, 2003. – 203 с.
3. Дмитрук О.Ю. Спортивно-оздоровчий туризм: навч. посібник / О.Ю. Дмитрук, Ю.В. Щур. Навч. посібник 2-вид. перероб. та доп. – К.: ТОВ „Альтерпрес”, 2008. – 280 с.
4. Кляп М. П. Сучасні різновиди туризму : навч. посіб. / М. П. Кляп, Ф. Ф. Шандор. – К. : Знання, 2011. – 334 с.
5. Мальська М.П. Екстремальні види туризму : Навчально-методичні вказівки / М.П. Мальська, А.Б.Ховалко. – Львів : Видавничий центр Львівського національного університету ім. Івана Франка, 2016 – 51 с.
6. Ховалко А.Б. Рекреаційно-туристичний потенціал карстових печер Поділля: монографія / В.М. Петлін, А.Б. Ховалко. – Львів: Видавничий центр ЛНУ ім. І. Франка, 2014. – 217 с.
7. Щур Ю.В. Спортивно-оздоровчий туризм: навч. посібник / Ю.В. Щур, О.Ю. Дмитрук – К.: ТОВ „Альтерпрес”, 2003. – 230 с.

Додаткова література:

1. Вахрушев Б.А. Узагальнення світового досвіду по створенню та функціонуванню карстово-спелеологічних національних парків і туристсько-екскурсійних спелеокомплексів карстових ландшафтів / Б.А. Вахрушев, Е.А. Топоркова // Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету ім. М.Коцюбинського. Серія: Географія. – 2001. – Вип. 2. – С.24-31.
2. Каздобін К.О. Річки України – деякі маршрути і поради // Спортивний туризм. – К.: Федерація спортивного туризму України. – 2002. – № 3. – С. 44-50.
3. Кляп М. П. Сучасні різновиди туризму : навч. посіб. / М. П. Кляп, Ф. Ф. Шандор. – К. : Знання, 2011. – 334 с.
4. Колотуха О.В. Спортивні рекреаційно-туристські ресурси України. К.: Федерація спортивного туризму України, 2006. – 208 с.
5. Колотуха О.В. Організація краєзнавчо-туристської діяльності: Навчальний посібник / О.В. Колотуха, Н.І. Щербатюк – Кіровоград: ПП «Центр оперативної поліграфії «Авангард», 2012. – 186 с.
6. Любіцева О.О. Ринок туристичних послуг. – К.: «Альтпрес», 2002.
7. Любіцева О.О. Потенціал рекреаційний // Екологічна енциклопедія: у 3 т. / редколегія: А.В. Толстоухов (гол. ред.) та ін. / О.О. Любіцева. – К.: – ТОВ «Центр екологічної освіти та інформації», 2008. – Т. 3: О-Я. – С. 129-130.
8. Любіцева О. Туристичні ресурси України: навч. посібник /О. Любіцева, Є. Панкова, В. Стафійчук. – К.: Альтерпрес, 2007. – 369 с.
9. Пилипюк А.В. Види спелеокористування та стійкість спелеокомплексів / А.В. Пилипюк // Сучасні проблеми розвитку географічної науки і освіти в Україні: матеріали V Всеукраїнської науково-практичної конференції / Київ. нац. ун-т ім. Тараса Шевченка. – К. : Обрій, 2015. Випуск V. – С. 67-68.
10. Пилипюк А.В. Стан, можливості та перспективи розвитку спортивного спелеотуризму в Україні / А.В. Пилипюк, І.О. Колотуха / Матеріали Всеукраїнської науково-практичної

конференції з міжнародною участю “Теоретичні і прикладні напрямки розвитку туризму та рекреації в регіонах України” // Збірник наукових праць. – Кіровоград. – КЛА НАУ, 2015. – С. 202- 211.

11. Положення про визначення туристських вітрильних суден як спортивних та порядок їх обліку (наказ Державного комітету України з питань фізичної культури і спорту 21.05.2004 р. № 1561) // Спортивний туризм. – К.: Федерація спортивного туризму України. – 2005. – № 8. – С. 6-8.
12. Постанова президії Федерації спортивного туризму України “Про перелік класифікованих печер України” // Спортивний туризм. – К.: Федерація спортивного туризму України. – 2002. – № 2. – С. 61-66.
13. Радзиевский В.О. Спелеологические исследования Тернопольской области / В.О. Радзиевский // Состояние и задачи карстово-спелеологических исследований. – Львов, 1975. – С. 65-66.
14. Спортивний туризм. Організація і методика спортивно-туристичної роботи [Текст] : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фізкультур. профілю / Zenon Філіпов ; за заг. ред. проф. Миколи Лук'янченка. – Дрогобич : Коло, 2010. – 344.
15. Щур Ю.В. Спортивно-оздоровчий туризм: навч. посібник / Ю.В. Щур, О.Ю. Дмитрук – К.: ТОВ „Альтерпрес”, 2003. – 230 с.
16. Філіпов З.І. Спортивний туризм. Організація і методика спортивно-туристичної роботи: навчальний посібник. – Дрогобич: Коло, 2010. – 344 с.

Інформаційні ресурси:

1. Атлас печер України [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://speleo.land.kiev.ua/atlas-caves.html>
2. Все о туризме. Туристическая библиотека. Туризм в Украине [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://tourlib.net/turukr.htm>.
3. Все о туризме. Туристическая библиотека. Туризм в Украине [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://tourlib.net/>
4. Все про туризм – туристична бібліотека. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.infotour.in.ua/>.
5. Грабовський Ю. А. Туризм як явище громадського життя: Навч. посібник [Електронний ресурс] / Ю. А. Грабовський, О. В. Скалій, Т. В. Скалій. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2009. – 304 с. – Режим доступу: <http://www.twirpx.com/file/453464/>
6. Природа України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://nature.land.kiev.ua/>
7. Перелік класифікованих туристських спортивних маршрутів України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://gua.convdocs.org/docs/1311/index-6488.html>.
8. Презентація «Спортивний туризм» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://gdz4you.com/prezentacii/prezentacii-drugie/9454-prezentaciya-na-temu-sportyvnyy-turyzm.html>.
9. Розвиток екстремальних різновидів спортивно-оздоровчого туризму: Підручник [Електронний ресурс] // В.Г. Явкін, В.П. Руденко, О.Д. Король та ін. – Чернівці: Рута, 2006. – 260с. – Режим доступу: <http://buklib.net/>

	<p>10. Розвиток екстремальних різновидів спортивно-оздоровчого туризму: Підручник [Електронний ресурс] // В.Г. Явкін, В.П. Руденко, О.Д. Король та ін. – Чернівці: Рута, 2006. – 260с. – Режим доступу: http://buklib.net/</p> <p>11. Спортивний туризм [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://travelluxtour.info/vidy-turizma/sportivnyi-turizm/.</p> <p>12.</p> <p>13. Спортивний туризм [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://travelluxtour.info/vidy-turizma/sportivnyi-turizm/.</p> <p>14. Український інститут спелеології і карстології: [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.institute.speleoukraine.net/</p> <p>15. Українська спелеологічна асоціація [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.speleoukraine.org/</p> <p>16. Шевченко Н.О. Особливості використання печер як екскурсійних об'єктів у спелеотуристичних регіонах світу [Електронний ресурс] / Н.О. Шевченко. – Режим доступу: www.nbu.gov.ua/portal/soc_gum/</p>
Тривалість курсу	120 год.
Обсяг курсу	60 годин аудиторних занять. З них: 15 години лекцій, 15 години семінарських/практичних занять. 60 годин самостійної роботи
Очікувані результати навчання	<p>Після завершення цього курсу студент буде :</p> <p><i>знати:</i> географічні засади територіальної організації спортивних видів туризму; правові аспекти функціонування сучасних спортивно-туристичних подорожах України; історичні передумови розвитку спортивного туризму; особливості організації спортивно-оздоровчих видів туризму у всіх регіонах України; підходи до науково-дослідної роботи студентів з вивчення географії спортивно-оздоровчого туризму України; мотиви і цілі учасників спортивних подорожей; джерела інформаційного забезпечення дисципліни.</p> <p><i>вміти:</i> оцінювати особливості спортивно-оздоровчі види туризму в Україні за класифікаційними ознаками; організовувати та проводити подорожі з окремих видів туризму (водних, гірських, повітряних, спелео, кінних тощо); аналізувати територіальні відмінності використання туристичних ресурсів..</p>
Ключові слова	Спортивно-туристичні подорожі, туристичний ринок, туристичний потенціал, спортивні туристичні походи, категорії складності, ступінь ризику.
Формат курсу	<p>Очний /заочний</p> <p><i>Очна (денна) форма</i> навчання передбачає постійний особистий контакт науково-педагогічного працівника і студента, що забезпечує надбання глибоких системних знань, стійких умінь. Студенти денної форми навчання зобов'язані відвідувати навчальні заняття згідно з розкладом та своєчасно виконувати навчальні завдання згідно з робочою програмою.</p> <p><i>Заочна форма навчання</i> – це навчання, яке поєднує в собі риси самонавчання і очного навчання. Характеризується етапністю. На</p>
	першому етапі відбувається отримання бази знань і методики для самостійного засвоєння навчальної інформації та формування умінь (установча сесія), на другому етапі студент-заочник самостійно засвоює навчальний матеріал, виконує заплановані самостійні завдання, а на третьому – проводиться безпосередня перевірка результатів навчання.

	Проведення лекцій з використанням мультимедійного забезпечення, проведення практичних робіт та консультації для кращого розуміння тем курсу «Спортивно-туристичні подорожі».
Теми	Подано нижче у табличній формі СХЕМА КУРСУ «Спортивно-туристичні подорожі» ¹
Підсумковий контроль, форма	Екзамен в кінці I семестру. Тестові залікові завдання.
Пререквізити	Для вивчення курсу студенти потребують базових знань з основ туризму та його організації, географії туризму, що є достатнім для сприйняття категоріального апарату спортивно-туристичних подорожей, розуміння його інструментарію та методології.
Навчальні методи та техніки, які будуть використовуватися під час викладання курсу	<i>Лекційна форма навчання:</i> - проведення лекцій з використанням мультимедійного забезпечення; - пояснення та наведення прикладів з організації туристичних подорожей країнах з достатнім потенціалом; - дискусія, бесіда, ілюстрація, демонстрація. <i>Практичне/семінарське заняття:</i> - доповідь, відповідь, обговорення; - презентація результатів дослідження з використанням мультимедійного забезпечення. За узгодження зі студентами та керівництвом вузу можливе відвідування конференцій та інших подій для практичного ознайомлення з організації екстремальних видів туризму.
Необхідне обладнання	Вивчення курсу потребує використання мультимедійного обладнання. Для вивчення курсу достатньо володіти загально вживаними програми такими як Microsoft Office Word, Microsoft Office Excel, Microsoft Office Power Point.
Критерії оцінювання (окремо для кожного виду навчальної діяльності)	Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою. Протягом семестру студент може набрати 50 балів, а наступних 50 на іспиті Приклад розподілу балів на практично-семінарських заняття подається нижче ² .
Питання до заліку чи екзамену.	Питання на залік. 1. Роль подорожей або поїздок у вихованні молоді. 2. Туризм - важлива галузь у розвитку національної економіки. 3. Основні правила поведінки туриста в умовах природного середовища

4. Топографічна підготовка туриста та її значення в туризмі.
5. Поняття про карту. Картографія.
6. Рух за азимутом. Вимірювання відстаней.
7. Компас та робота з ним.
8. Орієнтування за зірками, за місяцем, за сонцем, за комахами, птахами та за годинником, при відсутності карти і компасу.
9. Завдання та особливості спортивно-оздоровчого туризму.
10. Організаційні форми туристських заходів.
11. Загальна характеристика основних видів подорожей.
12. Загальні положення щодо організації спортивних подорожей.
13. Формування туристичної групи - важливий етап підготовки до подорожі.
14. Методи фіксації інформації під час туристського походу. Щоденник туриста, зарисовки, абрис, кроки.
15. Туристські маршрути: поняття та види.
16. Методичні принципи розробки туристських маршрутів.
17. Тактика, техніка та орієнтування на маршруті.
18. Завдання та особливості спортивно-оздоровчого туризму.
19. Організаційні форми туристських заходів.
20. Загальна характеристика основних видів спортивних подорожей.
21. Загальні положення щодо організації спортивно-оздоровчих походів.
22. Формування туристичної групи - важливий етап підготовки до турпоходу.
23. Самоврядування туристичної групи. Туристичні посади в групі.
24. Туристські маршрути: поняття та види.
25. Методичні принципи розробки туристських маршрутів.
26. Тактика, техніка та орієнтування на маршруті.
27. Пересування в польових умовах. Порядок і режим руху.
28. Страхівка і самострахівка під час руху.
29. Рух пішки. Особливості пересування по розчленованій місцевості.
30. Пересування по воді. Долання водних перешкод.
31. Пересування транспортними засобами.
32. Групове та особисте спорядження для походів різної категорії складності.
33. Харчування в туристському поході.
34. Енергетичні витрати організму.
35. Характеристика основних продуктів харчування.
36. Вода. Режим водоспоживання.
37. Туристське кострове і кухонне спорядження. Багаття.
38. Класифікація масових туристських заходів.
39. Організація зльотів і змагань.
40. Змагання з окремих видів туризму.
41. Навчально-тренувальні комплекси. Тренінги.
42. Медичні вимоги до учасника туристського походу.
43. Самоконтроль під час туристського походу.

44. Перша медична допомога в туристському поході.
45. Оцінка загального стану потерпілого, локалізації і характеру ушкодження.
46. Основні прийоми і правила надання першої медичної допомоги.
47. Обов'язки санінструктора в туристському поході. Похідна аптечка.
48. Критичні ситуації: поняття, загальна характеристика.
49. Основні правила поведінки туриста в критичних ситуаціях.
50. Психологічний аспект екстремальних ситуацій і катастроф.
51. Медичний аспект екстремальних ситуацій і катастроф.
52. Втрата продуктів та голод, як фактори в турпоходах. Основні правила поведінки туристів в таких критичних умовах та можливі способи їх уникнення.
53. Втрата спорядження, холод, укриття в походах різних видів.
54. Втрата води. Спека і спрага. Способи здобуття води при відсутності природних джерел та водойм.
55. Аварійне спорядження. Міжнародні сигнали лиха.
56. Права та обов'язки рятувальників.
57. Охорона природи під час туристського походу.
58. Туристичні підприємства Закарпатської області, які надають послуги з кінного туризму.

59. Туристичні підприємства Івано-Франківської області, які надають послуги з кінного туризму.

60. Туристичні підприємства Львівської області, які надають послуги з кінного туризму.

	<p>54. Туристичний потенціал спелеоресурсів України</p> <p>55. Історія дослідження та розвиток туристичної діяльності в найдовших печерних системах Кримського півострова (Гірсько- Кримської карстової області): Червона (Кизил-Коба), Еміне-баїр- хосар, Солдатська, Нахімовська, Каскадна, Відважний суслик, Дружба, Молодіжна, Кошина 200, Хід Конем, Севастопольська (на вибір студента).</p> <p>56. Туристичний потенціал спелеоресурсів світу (США, Мексика, Швейцарія, Молдова, Іспанія, Грузія, Франція, Словенія та ін).</p> <p>57. Мотиви заняття спелеологією.</p> <p>58. Таблиця оцінки категорій складності печер.</p> <p>59. Спорядження для спелеотуризму.</p> <p>60. Діяльність Української спелеологічної асоціації (УСА)</p> <p>61. Діяльність спелеоклубів</p> <p>62. Історія дослідження та розвиток туристичної діяльності в печерних системах Подільсько-Буковинської карстової області: Печера Оптимістична, Озерна, Попелюшка, Млинки, Кришталева, Славка, Вертеба, Мушкарова яма, Буковинка, Гострі Говди (Скитська), Атлантида, Угринь, Вітрова, Ювілейна, Нігинська (на вибір студента).</p>
Опитування	Опитування студентів проводиться в письмовій і усній формі.

Приклад розподілу балів на семінарських заняття з курсу «Спортивно-туристичні подорожі»

Приклад розподілу балів, які отримують студенти протягом семестру для заліку

Поточне тестування та самостійна робота												Сума
Змістовий модуль 1						Змістовий модуль 2						
T1	T2	T3	T4	M1		T5	T6	T7	T8	M2	ІНД 3	
5	10	10	10	10		10	10	10	5	10	10	100

T1, T2 ... T8 – теми семінарських і практичних занять.

M1 та M2 – модульні контрольні роботи по тематиці кожного змістового модуля. ІНД3 – індивідуальне навчально-дослідне завдання оцінюється в 10 балів.

Оцінювання знань студента здійснюється за 100-бальною шкалою.

СХЕМА КУРСУ «Спортивно-туристичні подорожі»

Лекція 1 ОВОЛОДІННЯ ОСНОВНИМИ ТЕОРЕТИЧНИМИ ЗНАННЯМИ ЗІ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧИХ ПОДОРОЖЕЙ.	Лекція	<p>1. Дехтяр В. Д. Основи спортивно-оздоровчого туризму : навч. посіб. / В. Д. Дехтяр. – Київ : Науковий світ, 2002. – 201 с.</p> <p>2. Дихтярев В. Л. Вся жизнь поход / В. Л. Дихтярев. – Москва : ЦДЮТУР, 1999. – 300 с.</p> <p>3. Дмитрук О. Ю. Спортивно-оздоровчий туризм : навч. посіб. / Дмитрук О. Ю., Щур Ю. В. – 2-е вид., перероб. та доп. – Київ : Альтпресс, 2008. – 280 с.</p>
1. Історія розвитку		

<p>туризму як соціально-суспільного явища.</p> <p>2. Поняття та сутність туризму.</p> <p>3. Міжнародні правові акти з регулювання туристичної діяльності.</p>		<p>4. Константинов Ю. С. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма : учеб. пособие / Ю. С. Константинов. – Москва : Советский спорт, 2009. – 392 с.</p> <p>5. Кухтій А. О. Введення в спортивно-оздоровчий туризм : лекція / Кухтій А. О. – Львів, 2019. – 9 с.</p> <p>6. Кухтій А. О. Завдання, форми та особливості спортивно-оздоровчого туризму (СОТ). Загальна характеристика основних видів СОТ : лекція / Кухтій А. О. – Львів, 2021. – 24 с.</p>
<p>Лекція2. ЗАВДАННЯ, ФОРМИ ТА ОСОБЛИВОСТІ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧИХ ПОДОРОЖЕЙ.</p> <p>1.Завдання та особливості спортивно-оздоровчого туризму.</p> <p>2. Організаційні форми туристських заходів.</p> <p>3. Загальна характеристика основних видів СТП.</p>	<p>Лекція</p>	<p>1. Дехтяр В. Д. Основи оздоровчо-спортивного туризму : навч. посіб. / В. Д. Дехтяр. – Київ : Наук. світ, 2003. – 203 с.</p> <p>2. Крачило М. П. Розвиток туризму в Україні : зб. наук. ст. / Крачило М. П., Науменко Г. П., Попович С. І. – Київ, 1995.</p> <p>3. Украина туристическая : фотопутеводитель. – Киев : Мистецтво, 1986.</p> <p>4. Земельний кодекс України : Закон від 25.10.2001, № 2768-III [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://zakon1.rada.gov.ua</p> <p>5. Основи законодавства України про охорону здоров'я [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://zakon.rada.gov.ua</p> <p>6. Хартія туризму і її складова частина „Кодекс туриста” // Туризм в Україні : зб. нормативно-правових актів / за заг. ред. Б. І. Вихристенка. – Ужгород, 2000.</p> <p>7. Худоба В. В. Розвиток індустрії туризму в дев'ятнадцятому столітті : лекція для студ. спец. „Туризм” / Худоба В. В. – Львів, 2018. – 12 с.</p> <p>8. Худоба В. В. Історія розвитку світового туризму : лекція для студ. спец. 242 „Туризм” / Худоба В. В. – Львів, 2018. – 14 с.</p>
<p>Лекція3. ОРГАНІЗАЦІЯ, ПІДГОТОВКА ТА ПРОВЕДЕННЯ СПОРТИВНО-ТУРИСТИЧНИХ ПОХОДІВ ТА ПОДОРОЖЕЙ.</p> <p>1. Загальні положення щодо організації спортивно-оздоровчих походів.</p> <p>2. Формування туристичної групи – важливий етап підготовки до турпоходу.</p> <p>3. Самоврядування туристичної групи. Туристичні посади в групі.</p> <p>4. Методи фіксації інформації під час туристського походу.</p>	<p>Лекція</p>	<p>15. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. ; за наук. ред. І. Волошина. – Львів : ЛДУФК, 2012. – Ч. 1. – 150 с.</p> <p>16. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. – Львів : ЛДУФК, 2014. – Ч. 2. – 176 с.</p> <p>17. Тимошенко Л. О. Характеристика основних видів спортивного туризму та їх особливостей : лекція для студ. спец. 242 „Туризм” / Тимошенко Л. О. – Львів, 2018. – 25 с.</p>
<p>Лекція4. ТУРИЗМ В СИСТЕМІ ВИХОВАННЯ УЧНІВСЬКОЇ І</p>	<p>Лекція</p>	<p>1. Булашев О. Я. Теорія і методика спортивного туризму : навч. посіб. для студентів першого курсу (за кредитно-модульною</p>

<p>СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.</p> <p>1. Завдання, зміст та форми туристської роботи у навчальних закладах. Роль туризму у вихованні молоді.</p> <p>2. Методи і засоби підготовки туристів шкільного віку.</p> <p>3. Особливості організації СТП у вищих навчальних закладах.</p>		<p>системою) / О. Я. Булашев. – Харків : ХДАФК, 2007. – 230 с.</p> <p>2. Грабовський Ю. А. Спортивний туризм : навч. посіб. / Грабовський Ю.А., Скалій О.В., Скалій Т.В. – Тернопіль : Навчальна книга–Богдан, 2009. – 304 с.</p> <p>3. Дмитрук О. Ю. Спортивно-оздоровчий туризм : навч. посіб / Дмитрук О. Ю., Щур Ю. В. – 2-е вид., перероб. та доп. – Київ : Альтпрес, 2008. – 280 с.</p> <p>4. Крачило М. П. Краєзнавство і туризм : навч. посіб. / М. П. Крачило. – Київ : Вища школа, 1994.</p> <p>5. Кухтій А. О. Організація руху в туристському поході : лекція / Кухтій А. О. – Львів, 2019. – 8 с.</p> <p>6. Кухтій А. О. Організація, підготовка та проведення спортивно-оздоровчих походів та подорожей : лекція / Кухтій А. О. – Львів, 2021. – 33 с.</p> <p>7. Кухтій А. О. Особливості організації та проведення походів різних видів спортивно-оздоровчого туризму : лекція / Кухтій А. О. – Львів, 2021. – 20 с.</p> <p>8. Кухтій А. О. Туристські маршрути : лекція / Кухтій А. О. – Львів, 2021. – 20 с.</p> <p>9. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. ; за наук. ред. І. Волошина. – Львів : ЛДУФК, 2012. – Ч. 1. – 150 с.</p> <p>10. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. – Львів : ЛДУФК, 2014. – Ч. 2. – 176 с.</p> <p>11. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. для ин-тов физ. культуры / под ред. В. И. Ганопольского. – Москва, 1987.</p> <p>12. Федотов Ю. Н. Спортивно-оздоровительный туризм : учеб. пособие / Ю. Н. Федотов, И. Е. Востоков. – Москва : Советский спорт, 2002. – 96 с.</p> <p>13. Худоба В. В. Технологія розробки, організації та проведення туристичних маршрутів : лекція / Худоба В. В., Лабарткава В. К. – Львів, 2019. – 20 с.</p>
<p>Лекція5. БАЗОВА ГЕОГРАФІЧНА ПІДГОТОВКА ТУРИСТА.</p> <p>1.Топографічна підготовка туриста та її значення в туризмі.</p> <p>2.Поняття про карту. Картографія.</p> <p>3.Рух за азимутом. Вимірювання відстаней.</p> <p>4. Компас та робота з ним. Дії у випадку втрати</p>	<p>Лекція</p>	<p>1. Грабовський Ю. А. Спортивний туризм : навч. посіб. / Грабовський Ю. А., Скалій О. В., Скалій Т. В. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2009. – 304 с.</p> <p>2. Гусев Э. Д. По туристским маршрутам / Э. Д. Гусев. – Москва : Знание, 1991. – 64 с.</p> <p>3. Дехтяр В. Д. Основи спортивно-оздоровчого туризму : навч. посіб. / В. Д. Дехтяр. – Київ : Науковий світ, 2002. – 201с.</p> <p>4. Дмитрук О. Ю. Спортивно-оздоровчий туризм : навч. посіб. / Дмитрук О. Ю., Щур Ю. В. – 2-е вид., перероб. та доп. – Київ : Альтпрес, 2008. – 280 с.</p>

орієнтування.		<p>2008. – 280 с.</p> <p>5. Константинов Ю. С. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма : учеб. пособие / Ю. С. Константинов. – Москва : Советский спорт, 2009. – 392 с.</p> <p>6. Кухтій А. О. Базова підготовка туриста. Туристські ресурси України : лекція / Кухтій А. О. – Львів, 2021. – 29 с.</p> <p>7. Садикова С. Н. 1000+1 совет туристу. Школа выживания / С. Н. Садикова. – Минск, 1999.</p> <p>8. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. ; за наук. ред. І. Волошина. – Львів : ЛДУФК, 2012. – Ч. 1. – 150 с.</p> <p>9. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. – Львів : ЛДУФК, 2014. – Ч. 2. – 176 с.</p> <p>10. Худоба В. В. Природні ресурси та їх класифікація : лекція / Худоба В. В. – Львів, 2018. – 19 с.</p> <p>11. Худоба В. В. Вплив туристичної діяльності на природне середовища : лекція / Худоба В. В. – Львів, 2019. – 15 с.</p> <p>12. Худоба В. В. Сутність та функції екотуризму : лекція / Худоба В. В., Лабарткава В. К. – Львів, 2019. – 29 с.</p>
<p>Лекціяб. ТУРИСТСЬКІ МАРШРУТИ.</p> <p>1.Туристські маршрути: поняття та види.</p> <p>2.Методичні принципи розробки туристських маршрутів.</p> <p>3.Тактика, техніка та орієнтування на маршруті.</p>	Лекція	<p>1. Булашев О. Я. Теорія і методика спортивного туризму : навч. посіб. для студентів першого курсу (за кредитно-модульною системою) / О. Я. Булашев. – Харків : ХДАФК, 2007. – 230 с.</p> <p>2. Грабовський Ю. А. Спортивний туризм : навч. посіб. / Грабовський Ю. А., Скалій О. В., Скалій Т. В. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2009. – 304 с.</p> <p>3. Дмитрук О. Ю. Спортивно-оздоровчий туризм : навч. посіб. / Дмитрук О. Ю., Щур Ю. В. – 2-е вид., перероб. та доп. – Київ : Альтпрес, 2008. – 280 с.</p> <p>4. Кифяк В. Ф. Організація туристичної діяльності в Україні / В. Ф. Кифяк. – Чернівці : Карпати 2003.</p> <p>5. Константинов Ю. С. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма : учеб. пособие / Ю. С. Константинов. – Москва : Советский спорт, 2009. – 392 с.</p> <p>6. Кухтій А. О. Особливості організації та проведення походів різних видів спортивно-оздоровчого туризму : лекція / Кухтій А. О. – Львів, 2021. – 20 с.</p> <p>7. Кухтій А. О. Організація туристського походу : лекція / Кухтій А. О. – Львів, 2021. – 19 с.</p> <p>8. Кухтій А. О. Організація побуту, харчування, постачання в туристському поході :</p>

		<p>лекція / Кухтій А. О. – Львів, 2021. – 30 с.</p> <p>9. Кухтій А. О. Організація, підготовка та проведення спортивно-оздоровчих походів та подорожей : лекція / Кухтій А. О. – Львів, 2021. – 33 с.</p> <p>10. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. ; за наук. ред. І. Волошина. – Львів : ЛДУФК, 2012. – Ч. 1. – 150 с.</p> <p>11. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. – Львів : ЛДУФК, 2014. – Ч. 2. – 176 с.</p>
<p>Лекція7. ОРГАНІЗАЦІЯ РУХУ В ТУРИСТСЬКИХ ПОДОРОЖАХ.</p> <p>1. Пересування в польових умовах. Порядок і режим руху.</p> <p>2. Страхівка і самострахівка під час руху.</p> <p>3. Рух пішки. Особливості пересування по розчленованій місцевості.</p> <p>4. Пересування по воді. Долання водних перешкод.</p> <p>5. Пересування транспортними засобами.</p>	Лекція	<p>1. Булашев О. Я. Теорія і методика спортивного туризму : навч. посіб. для студентів першого курсу (за кредитно-модульною системою) / О. Я. Булашев. – Харків : ХДАФК, 2007. – 230 с.</p> <p>2. Грабовський Ю. А. Спортивний туризм : навч. посіб. / Грабовський Ю. А., Скалій О. В., Скалій Т. В. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2009. – 304 с.</p> <p>3. Дмитрук О. Ю. Спортивно-оздоровчий туризм : навч. посіб. / Дмитрук О. Ю., Щур Ю. В. – 2-е вид., перероб. та доп. – Київ : Альтпрес, 2008. – 280 с.</p> <p>4. Никишин Л. Ф. Туризм и здоровье / Л. Ф. Никишин, А. А. Коструб. – Киев, 1991.</p> <p>5. Правила проведення туристських походів, експедицій і екскурсій з учнівською і студентською молоддю України : зб. закон. та нормат. актів про освіту. – Київ, 2006.</p> <p>6. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. ; за наук. ред. І. Волошина. – Львів : ЛДУФК, 2012. – Ч. 1. – 150 с.</p> <p>7. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. – Львів : ЛДУФК, 2014. – Ч. 2. – 176 с.</p>
<p>Лекція8. ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ ПОХОДІВ РІЗНИХ ВИДІВ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧОГО ТУРИЗМУ.</p> <p>1. Поняття гірського туризму. Особливості туристичних подорожей в горах.</p> <p>2. Страхування та самострахування.</p> <p>3. Подолання гірських перешкод.</p>	Лекція	<p>1. Гірськолижний туризм : анот. бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 12 с. – http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/4796</p> <p>2. Дмитрук О. Ю. Спортивно-оздоровчий туризм : навч. посіб. / Дмитрук О. Ю., Щур Ю. В. – 2-е вид., перероб. та доп. – Київ : Альтпрес, 2008. – 280 с.</p> <p>3. Кифяк В. Ф. Організація туристичної діяльності в Україні / В. Ф. Кифяк. – Чернівці : Карпати 2003.</p> <p>4. Константинов Ю. С. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма : учеб. пособие / Ю. С. Константинов. – Москва : Советский спорт, 2009. – 392 с.</p>

4. Особливості гірського туризму на території України.		
<p>Лекція9. ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ВЕЛОСИПЕДНИХ ПОДОРОЖЕЙ.</p> <p>1. Особливості проведення велосипедних подорожей.</p> <p>2. Пересування на велосипедах та заходи безпеки у велоподорозжі.</p> <p>3. Регулярна перевірка велосипеда, догляд за ним та зберігання</p>	Лекція	<p>1. Про туризм : Закон України від 18 листопада 2003 року N 1282-IV (зі змінами і доповненнями) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://zakon1.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?page=1&nreg=1282-15.</p> <p>2. Про фізичну культуру і спорт : Закон України від 24.12.1993 № 3808-XII [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=3808-12.</p> <p>3. Булашев О. Я. Теорія і методика спортивного туризму : навч. посіб. для студ. першого курсу (за кредитно-модульною системою) / О. Я. Булашев. – Харків : ХДАФК, 2007. – 230 с.</p> <p>4. Велосипедний туризм : анот. бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 14 с. – Режим доступу: http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/4775</p> <p>5. Водний туризм : анот. бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 21 с. – Режим доступу: http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/4795</p>
<p>Лекція10. ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ВОДНОГО ТУРИЗМУ ТА ОСОБЛИВОСТЕЙ ЙОГО ОРГАНІЗАЦІЇ.</p> <p>1. Водний туризм та особливості його організації.</p> <p>2. Рух по маршруту: загальна характеристика. Орієнтування у водній подорожі.</p> <p>3. Можливості України з розвитку водного туризму.</p>	Лекція	<p>1. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. ; за наук. ред. І. Волошина. – Львів : ЛДУФК, 2012. – Ч. 1. – 150 с.</p> <p>2. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. – Львів : ЛДУФК, 2014. – Ч. 2. – 176 с.</p> <p>3. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. для ин-тов физ. культуры / под ред. В. И. Ганопольского. – Москва, 1987.</p> <p>4. Федотов Ю. Н. Спортивно-оздоровительный туризм : учеб. пособие / Ю. Н. Федотов, И. Е. Востоков. – Москва : Советский спорт, 2002. – 96 с.</p> <p>5. Худоба В. В. Технологія розробки, організації та проведення туристичних маршрутів : лекція / Худоба В. В., Лабарткава В. К. – Львів, 2019. – 20 с.</p>
<p>Лекція11. ЛИЖНИЙ ТУРИЗМ</p> <p>1. Лижний туризм – специфічна галузь спортивно-оздоровчих подорожей.</p> <p>2. Можливості України з розвитку лижного туризму.</p> <p>3. Основи техніки з лижного туризму.</p> <p>4. Організація та</p>	Лекція	<p>1. Булашев О. Я. Теорія і методика спортивного туризму : навч. посіб. для студентів першого курсу (за кредитно-модульною системою) / О. Я. Булашев. – Харків : ХДАФК, 2007. – 230 с.</p> <p>2. Грабовський Ю. А. Спортивний туризм : навч. посіб. / Грабовський Ю. А., Скалій О. В., Скалій Т. В. – Тернопіль : Навчальна книга–Богдан, 2009. – 304 с.</p> <p>3. Дмитрук О. Ю. Спортивно-оздоровчий туризм : навч. посіб. / Дмитрук О. Ю., Щур Ю. В.</p>

<p>проведення змагань з лижного туризму.</p>		<p>– 2-е вид., перероб. та доп. – Київ : Альтпресс, 2008. – 280 с. 4. Крачило М. П. Краєзнавство і туризм : навч. посіб. / М. П. Крачило. – Київ : Вища школа, 1994.</p>
<p>Лекція12. СПЕЛЕОЛОГІЧНИЙ ТУРИЗМ (СПЕЛЕОТУРИЗМ): ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА, ОЗНАКИ ТА ОСОБЛИВОСТІ. 1. Поняття і предмет дослідження спелеотуризму, його характерні ознаки та особливості. 2. Правила поведінки туристів в печерах, техніка безпеки та умови життєзабезпечення. 3. Дії при нещасних випадках та надання першої допомоги потерпілому (потерпілим).</p>	<p>Лекція</p>	<p>1. Данчева О. В. Практична психологія в економіці та бізнесі / О. В. Данчева, Ю. М. Швалб. – Київ : Лібра, 1998. – 270 с. 2. Джонсон Д. Соціальна психологія: тренінг міжособистісного спілкування / Д. Джонсон. – Київ : Академія, 2003. – 285 с. 3. Душков Б. А. География и психология. Подход к проблемам / Б. А. Душков. – Москва, 1987.</p>
<p>Лекція13. ЕКОЛОГІЧНИЙ, ЗЕЛЕНИЙ ТУРИЗМ ЯК СПЕЦИФІЧНИЙ ВИД СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧИХ ПОДОРОЖЕЙ ТА ОКРЕМА ФОРМА РЕКРЕАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ. 1. Зелений туризм, сільський туризм, екологічний туризм, агротуризм, відпочинковий туризм (відпочинок на селі), екоагротуризм. 2. Організація сільського зеленого туризму. 3. Перспективи розвитку сільського зеленого та екотуризму в Україні. 4. Зелений туризм, сільський туризм, екологічний туризм, агротуризм, відпочинковий туризм (відпочинок на селі), екоагротуризм.</p>	<p>Лекція</p>	<p>1. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. ; за наук. ред. І. Волошина. – Львів : ЛДУФК, 2012. – Ч. 1. – 150 с. 2. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. – Львів : ЛДУФК, 2014. – Ч. 2. – 176 с. 3. Худоба В. В. Природні ресурси та їх класифікація : лекція / Худоба В. В. – Львів, 2018. – 19 с. 4. Худоба В. В. Вплив туристичної діяльності на природне середовище : лекція / Худоба В. В. – Львів, 2019. – 15 с. 5. Худоба В. В. Сутність та функції екотуризму : лекція / Худоба В. В., Лабарткава В. К. – Львів, 2019. – 29 с.</p>
<p>Лекція14. ОРГАНІЗАЦІЯ ПОБУТУ, ХАРЧУВАННЯ, ПОСТАЧАННЯ В ТУРИСТСЬКИХ ПОДОРОЖАХ 1. Групове та особисте спорядження для походів</p>	<p>Лекція</p>	<p>1. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. ; за наук. ред. І. Волошина. – Львів : ЛДУФК, 2012. – Ч. 1. – 150 с. 2. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз.</p>

<p>різної категорії складності.</p> <p>2. Харчування в туристському поході.</p> <p>3. Енергетичні витрати організму.</p> <p>4. Характеристика основних продуктів харчування.</p> <p>5. Вода. Режим водоспоживання.</p> <p>6. Туристське кострове і кухонне спорядження. Багаття.</p>		<p>виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. – Львів : ЛДУФК, 2014. – Ч. 2. – 176 с.</p> <p>3. Тимошенко Л. О. Характеристика основних видів спортивного туризму та їх особливостей : лекція / Тимошенко Л. О. – Львів, 2018. – 25 с.</p> <p>4. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://3w.ldufk.edu.ua/book/index.php</p> <p>11. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://repository.ldufk.edu.ua/</p>
<p>Лекція 15. ОХОРОНА ЗДОРОВ'Я, КРИТИЧНІ СИТУАЦІЇ В ТУРИСТСЬКИХ ПОДОРОЖАХ ТА ЇХ ПОДОЛАННЯ.</p> <p>1. Медичні вимоги до учасника туристського походу.</p> <p>2. Самоконтроль під час туристського походу.</p> <p>3. Перша медична допомога в туристському поході.</p> <p>4. Оцінка загального стану потерпілого, локалізації і характеру ушкодження.</p> <p>5. Основні прийоми і правила надання першої медичної допомоги.</p> <p>6. Основні прийоми реанімації.</p> <p>7. Обов'язки санінструктора в туристському поході. Похідна аптечка.</p>	<p>Лекція</p>	<p>1. Болотов Б. В. Я научу вас не болеть и не стареть / Б. В. Болотов. – Киев : Информ-Україна, 1992. – 42 с.</p> <p>2. Волович В. Г. Энциклопедия выживания / Волович В. Г. – Москва : Терра-Книжный клуб, 2001. – 464 с.</p> <p>3. Гузій О. В. Кровотечі, методи зупинки кровотеч : лекція для студ. спец. 242 „Туризм” / Гузій О. В. – Львів, 2019. – 13 с.</p> <p>4. Гузій О. В. Перша допомога при гострих екзогенних отруєннях : лекція для студ. спец. 242 „Туризм” / Гузій О. В. – Львів, 2019. – 11 с.</p> <p>5. Гузій О. В. Перша допомога при опіках, обмороженні, утопленні : лекція для студ. спец. 242 „Туризм” / Гузій О. В. – Львів, 2019. – 12 с.</p> <p>6. Гузій О. В. Пошкодження і поранення голови, грудної клітки і живота : лекція для студ. спец. 242 „Туризм” / Гузій О. В. – Львів, 2019. – 12 с.</p> <p>7. Гузій О. В. Травми опорно-рухового апарату, їх види, ускладнення, перша долікарська допомога : лекція для студ. спец. 242 „Туризм” / Гузій О. В. – Львів, 2019. – 16 с.</p> <p>8. Коструб А. А. Медицинский справочник туриста / А. А. Коструб. – Москва, 1990.</p> <p>9. Кухтій А. О. Критичні ситуації в туристському поході та їх подолання : лекція / Кухтій А. О. – Львів, 2019. – 25 с.</p> <p>10. Кухтій А. О. Охорона здоров'я в туристському поході : лекція / Кухтій А. О. – Львів, 2019. – 10 с.</p>