

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Чорноморський національний університет імені Петра Могили  
Факультет фізичного виховання і спорту  
Кафедра медико-біологічних основ спорту та фізкультурно-спортивної реабілітації

**“ЗАТВЕРДЖУЮ”**

Перший проректор  
Котляр Ю.В.

“ ” 2025 року

## РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

### ТУРИЗМ З МЕТОДИКОЮ ВИКЛАДАННЯ

Спеціальність: А7 Фізична культура і спорт  
Освітньо-професійна програма: Фізична культура і спорт  
Рівень вищої освіти – перший (бакалаврський)

Розробник

Завідувач кафедри розробника

Завідувач кафедри спеціальності

Гарант освітньої програми

Декан ФФВіС

Т.в.о. директора ННІПО

Начальник НМВ

Тіхоміров А. І.

Гетманцев С. В.

Довгань Н. Ю.

Бондаренко І. Г.

Вербицький В. А.

Зуб К. М.

Постикіна Є. Г.

Миколаїв – 2025 р.

## 1, Опис навчальної дисципліни

Найменування показника	Характеристика дисципліни	
Найменування дисципліни	Туризм з методикою викладання	
Галузь знань	А Освіта	
Спеціальність	А7 Фізична культура і спорт	
Спеціалізація (якщо є)		
Освітня програма	Фізична культура і спорт	
Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)	
Статус дисципліни	Нормативна	
Курс навчання	1	
Навчальний рік	2025 – 2026 н. р.	
Номер(и) семестрів (триместрів):	Денна форма	Заочна форма
	1	1, 2
Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин	4 кредити / 120 годин	
Структура курсу: – лекції – практичні заняття – годин самостійної роботи студентів	Денна форма	Заочна форма
	30	8
	30	6
	60	106
Відсоток аудиторного навантаження	50%	12%
Мова викладання	Українська	
Форма проміжного контролю (якщо є)	-	
Форма підсумкового контролю	Екзамен	

### Мета, завдання та результати вивчення дисципліни

Дисципліна «Туризм з методикою викладання» – одна з базових навчальних дисциплін. Курс передбачає ознайомлення майбутніх бакалаврів з теоретичними та практичними засадами організації навчально-виховного процесу в позаурочний час як важливого складника методики викладання туризму, видами та формами туристично-краєзнавчої роботи (ТКР), можливостями застосування позакласних форм роботи для підвищення ефективності освітнього процесу.

У результаті вивчення дисципліни здобувачі повинні набути навичок планування систематичної ТКР (організації гуртків, секцій тощо), оволодіти методикою проведення епізодичних стаціонарних та туристичних занять (екскурсій, походів, зльотів, змагань), методикою добору інформації, допоміжної навчально-методичної літератури, розробки та проведення експедиційних і екскурсійних заходів.

Дисципліна має на меті розкрити основні питання теорії та методики ТКР із застосуванням сучасних та інноваційних освітніх форм і методів.

Для сприйняття та засвоєння курсу здобувачі повинні мати знання щодо методики викладання туризму, організації та проведення екскурсій, уміти застосовувати методи краєзнавчих досліджень, орієнтуватися в змісті сучасних навчальних програм.

**Мета викладання дисципліни:** професійна підготовка здобувачів до практичної діяльності в якості вчителя фізичної культури в учбових закладах середньої освіти.

*Основні завдання дисципліни полягають у такому:*

- дати уявлення про форми й види ТКР;

- показати роль ТКР у системі освіти;
- сформувати уявлення про основні методи ТКР;
- дати практичні рекомендації стосовно підготовки, проведення та підбиття підсумків масових туристичних заходів, екскурсій, походів, експедицій тощо, а також методичні рекомендації щодо організації роботи шкільних краєзнавчих музеїв.

*У результаті вивчення дисципліни майбутній фахівець повинен **знати**:*

- місце ТКР у системі освіти, її зміст, форми, види, методи;
- напрямки ТКР;
- організаційні форми ТКР: гурток; секція; клуб;
- класифікацію видів туристичної роботи: екскурсія; похід; експедиція;
- методичні засади проведення масових туристичних заходів.

*Підготовлений фахівець повинен **вміти**:*

- застосовувати набуті знання в організації ТКР у педагогічній діяльності;
- розробляти й проводити оглядові та тематичні екскурсії, походи, експедиції;
- організовувати роботу гуртків, секцій, клубів тощо.

*Критеріями засвоєння матеріалу навчальної дисципліни «Туризм з методикою викладання» є наявність у студентів наступних знань:*

- місця та значення краєзнавчо-туристичної роботи у системі фізичного виховання України;
- історії розвитку та зародження туризму в Україні;
- організації та змісту занять з краєзнавчо-туристичної роботи у загальноосвітніх навчальних закладах, дитячих оздоровчих таборах ;
- організації та правил проведення змагань зі спортивного туризму;

*вмін та навичок:*

- проведення будь-якої частини уроку і уроку фізкультури спрямованості в цілому, згідно з програмою загальноосвітніх середніх навчальних закладів;
- проведення секційних занять з краєзнавчого туризму у секціях загальноосвітніх навчальних закладів та дитячому оздоровчому таборі;
- організації та проведення змагань з краєзнавчо-туристичної роботи у загальноосвітньому навчальному закладі та дитячому оздоровчому таборі.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач повинен оволодіти наступними **компетенціями**:

Інтегральна компетентність (ІК)		Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.
Загальні компетентності (ЗК)	<b>ЗК4</b>	Здатність працювати в команді.
	<b>ЗК9</b>	Навички міжособистісної взаємодії.
	<b>ЗК12</b>	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (ФК)	<b>ФК1</b>	Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.
	<b>ФК2</b>	Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.
	<b>ФК3</b>	Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.
	<b>ФК5</b>	Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального

		харчування та інших чинників здорового способу життя.
	<b>ФК10</b>	Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.

### **Передумови для вивчення дисципліни**

Для освоєння дисципліни «Туризм з методикою викладання» здобувачі використовують знання і практичні навички, сформовані в процесі вивчення дисциплін «Анатомія».

### **Очікувані результати навчання**

Вивчення навчальної дисципліни передбачає формування та розвиток у студентів таких результатів навчання:

**ПРН 7.** Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.

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

## Програма навчальної дисципліни

Денна форма

№ з/п	Назви розділів та тем	Вс ь о г о д и н	За формами занять, годин					С а м о с т і й н а р о б о г а с т у д е н т а	Ф о р м и к о н т р о л ю
			Аудиторні				Л а б о р а т о р н і		
			л е к ц і й н і	с е м і н а р с ь к і	п р а к т и ч н і	л а б о р а т о р н і			
<b>Змістовий модуль 1. Туризм як явище громадського життя.</b>									
1.	Предмет, завдання, зміст дисципліни		2		2		6		
2	Історія розвитку туризму на теренах України		4		2		7		
3	Програмно-нормативні та організаційні основи туризму		2		2		7		
4	Основи техніки і тактики туризму		2		2		15		
<i>Разом за змістовим модулем 1</i>			10		8		35		
<b>Змістовий модуль 2. Організація та проведення туристичних походів.</b>									
5	Масові туристичні заходи – зльоти, змагання		4		4		3		
6	Спеціальне спорядження у туризмі		2		4		4		
7	Основи топографічної підготовки та спортивного орієнтування		4		4		3		
8	Карта та рух по місцевості		2		2		4		
9	Спортивне орієнтування і карта		2		4		3		
10	Умовні знаки спортивних карт		2		2		4		
11	Організація і проведення змагань зі спортивного орієнтування		4		2		4		
<i>Разом за змістовим модулем 2</i>			20		22		25		
<b><i>Разом за курс</i></b>			<b>30</b>		<b>30</b>		<b>60</b>		

Заочна форма

№ з/п	Назви розділів та тем	Вс ь о г о д и н	За формами занять, годин		Ф о р м и к о н т р о л ю
			Аудиторні	С а м о с т	

			л е к ц і й н і	с е м і н а р с ь к і	п р а к т и ч н і	л а б о р а т о р н і	і н а р о б о т а с т у д е н т а	л ю
<b>Змістовий модуль 1. Туризм як явище громадського життя.</b>								
1.	Предмет, завдання, зміст дисципліни		2				10	
2	Історія розвитку туризму на теренах України						10	
3	Програмно-нормативні та організаційні основи туризму				2		10	
4	Основи техніки і тактики туризму		2				10	
<i>Разом за змістовим модулем 1</i>			4		2		40	
<b>Змістовий модуль 2. Організація та проведення туристичних походів.</b>								
5	Масові туристичні заходи – зльоти, змагання		2				10	
6	Спеціальне спорядження у туризмі				2		10	
7	Основи топографічної підготовки та спортивного орієнтування		2		2		10	
8	Карта та рух по місцевості						10	
9	Спортивне орієнтування і карта						10	
10	Умовні знаки спортивних карт						8	
11	Організація і проведення змагань зі спортивного орієнтування						8	
<i>Разом за змістовим модулем 2</i>			4		4		68	
<b><i>Разом за курс</i></b>			<b>8</b>		<b>6</b>		<b>106</b>	

#### 4. Зміст навчальної дисципліни

##### 4.1. План лекції

Денна форма

№	Тема заняття / план	год.
<b>Змістовий модуль 1. Туризм як явище громадського життя.</b>		<b>10</b>
Т е м а 1	<b>Вступ до біомеханіки, її особливості як науки і навчальної дисципліни</b> 1. Туризм як явище громадського життя. 2. Види та форми туризму. 3. Основні форми туристичної роботи	2

Т е м а 2	<b>Історія розвитку туризму на теренах України</b> 1. Історія розвитку туризму на теренах України 2. XIX – початок XX ст. формування організованих подорожей. 3. Туризм часів СРСР	2
	<b>Історія розвитку туризму на теренах України</b> 1. Передумови розвитку туризму в Україні. 2. Туристичний рух на Західній Україні. 3. Розвиток курортів й рекреації.	2
	<b>Програмно-нормативні та організаційні основи туризму.</b> 1. Закон України "Про фізичну культуру і спорт" 2. Постанова Верховної Ради України "Про порядок введення в дію Закону України "Про фізичну культуру і спорт" 3. Державні вимоги до фізичного виховання 4. Національна спортивна класифікація 5. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України.	2
Т е м а 4	<b>Основи техніки і тактики туризму.</b> 1. Техніка туризму: визначення та класифікація 2. Особливості застосування туристської техніки в рекреаційних і спортивних походах 3. Тактика туризму: визначення та класифікація	2
<b>Змістовий модуль 2. Організація та проведення туристичних походів.</b>		<b>20</b>
Т е м а 5	<b>Масові туристичні заходи – зльоти, змагання.</b> 1. Мета і задачі, структура туристських зльотів і змагань 2. Поняття та форми масових туристичних заходів	2
Т е м а 5	<b>Масові туристичні заходи – зльоти, змагання.</b> 1. Зміст туристських зльотів і змагань 2. Організація і безпека проведення: планування маршруту, інструктаж, медичний контроль, страхування, відповідальні особи 3. Критерії оцінювання і підсумки: регламент, суддівство, дистанції, протоколи, нагородження, аналіз результатів	2
	<b>Спеціальне спорядження у туризмі.</b> 1. Карабіни 2. Страхувальні системи 3. Рукавиці 4. Одяг 5. Захисна каска 6. Гальмівні пристрої 7. Зажими 8. Блоки і поліспаси 9. Мотузки	2
	<b>Основи топографічної підготовки та спортивного орієнтування</b> 1. Загальні положення орієнтування на місцевості 2. Орієнтування без компасу та карти: ● За зірками. ● За місяцем. ● За сонцем.	2

	<b>Основи топографічної підготовки та спортивного орієнтування</b> 1. Орієнтування без компасу та карти: <ul style="list-style-type: none"> <li>● В лісі.</li> <li>● За місцевими предметами.</li> <li>● За годинником.</li> </ul> 2. Визначення відстані	2
	<b>Карта та рух по місцевості</b> 1. Карта та рух по місцевості. 2. Підготовка карти до роботи. 3. Як перейти від чисельного масштабу до лінійного. 4. Орієнтування карти. 5. Визначення на карті точки свого знаходження. 6. Рух за картою. 7. Умовне позначення місцевих предметів. 8. Масштабними умовними позначками 9. Позамасштабні умовні позначки 10. Пояснювальні умовні позначки 11. Розвідка на маршруті.	2
Т е м а 9	<b>Спортивне орієнтування і карта</b> 1. Спортивне орієнтування і карта. 2. Класифікація змагань зі спортивного орієнтування. 3. Рівень проведення змагань.	2
Т е м а 1 0	<b>Умовні знаки спортивних карт</b> 1. Умовні знаки спортивних карт. - Рельєф місцевості - Скелі та каміння - Гідрографія - Рослинність - Штучні об'єкти 2. Знаки дистанцій та технічні умовні знаки.	2
Т е м а 1 1	<b>Організація і проведення змагань зі спортивного орієнтування</b> 1. Організація і проведення змагань зі спортивного орієнтування. 2. Організація старту змагань з орієнтування у заданому напрямку. 3. Обладнання дистанції з орієнтування у заданому напрямку та її проходження.	2
	<b>Організація і проведення змагань зі спортивного орієнтування</b> 1. Організація фінішу. 2. Заходи безпеки при проведенні змагань та тренувань.	2
<b>Разом</b>		<b>30</b>

Заочна форма

№	Тема заняття / план	год.
	<b>Змістовий модуль 1. Туризм як явище громадського життя.</b>	<b>4</b>

Т е м а 1	<b>Вступ до дисципліни, її особливості як науки і навчальної дисципліни</b> 4. Туризм як явище громадського життя. 5. Види та форми туризму. 6. Основні форми туристичної роботи	2
Т е м а 4	<b>Основи техніки і тактики туризму.</b> 1. Техніка туризму: визначення та класифікація 2. Особливості застосування туристської техніки в рекреаційних і спортивних походах 3. Тактика туризму: визначення та класифікація	2
<b>Змістовий модуль 2. Організація та проведення туристичних походів.</b>		<b>4</b>
Т е м а 5	<b>Масові туристичні заходи – зльоти, змагання.</b> 3. Мета і задачі, структура туристських зльотів і змагань 4. Зміст туристських зльотів і змагань	2
Т е м а 7	<b>Основи топографічної підготовки та спортивного орієнтування</b> 1. Загальні положення орієнтування на місцевості 2. Орієнтування без компасу та карти: <ul style="list-style-type: none"> <li>● За зірками.</li> <li>● За Місяцем.</li> <li>● За сонцем.</li> <li>● В лісі.</li> <li>● За місцевими предметами.</li> <li>● За годинником.</li> </ul> 3. Визначення відстані	2
<b>Разом</b>		<b>8</b>

## 4.2. Практичні (півгрупові) заняття

Денна форма

№	Тема заняття	год.
1	Правила проведення туристського походу	2
2	Безпека в туристичному поході.	2
3	Організація і проведення одноденного походу.	2
4	Методика підготовки багатоденного походу.	2
5	Туристське спорядження в пішохідних походах	4
6	Організація харчування в поході.	4
7	Надання першої допомоги під час походів, подорожей.	4
8	Топографічна підготовка. План і карта. Загальні поняття про масштаби карт.	2
9	Умовні топографічні знаки. Зображення місцевих предметів на топографічних картах	4
10	Рельєф місцевості та зображення його на картах	2
11	Орієнтування на місцевості за ознаками місцевих предметів і явищ природи	2
<b>Разом</b>		<b>30</b>

Заочна форма

№	Тема заняття	год.
1	Правила проведення туристського походу	2
5	Туристське спорядження в пішохідних походах	2
8	Топографічна підготовка. План і карта. Загальні поняття про масштаби карт.	2
<b>Разом</b>		<b>6</b>

## 4.3. Самостійна робота

Самостійна робота студентів передбачає навчально-пізнавальну діяльність із самостійного пошуку інформаційних джерел для вивчення питань за темами дисципліни, що рекомендуються для самостійного ознайомлення з метою поглиблення та розширення знань, формування та розвитку ключових, професійних, спеціально-професійних компетентностей. Організація самостійної роботи студентів спрямована на навчання студентів щодо творчої і самостійної праці, планування особистої стратегії навчання, раціональної організації свого часу, аналізу та інтерпретації результатів науково-дослідної роботи. Основні види самостійної роботи, передбачені для опанування навчальної дисципліни:

- опрацювання лекційного матеріалу *2 години на 1 лекцію*;
- підготовка до практичних занять – *2 год/1 заняття*;
- опрацювання питань, що винесені на самопідготовку, написання рефератів, створення презентацій, аналітичний огляд, аналіз практичних, проблемних ситуацій, рішення задач з теми – *мінімум 5 годин на 1 роботу*;
- підготовка до контрольних заходів – *(15) год. на 1 захід*.

### Завдання для самостійної роботи

#### Денна форма

№ з/п	Назв теми	Кількість годин
1.	Складання комплекту базової документації уявної туристської групи.	6
2.	Складання по топографічній карті план-схеми пішохідного переходу.	7
3.	Складання плану-програми екскурсії на об'єкт.	7
4.	Складання плану (програми) пішої екскурсії по кварталу міста.	15
5.	Складання плану-програми автобусної екскурсії по району області.	3
6.	Складання плану-програми дводенної автобусної екскурсії по області України.	4
7.	Навісна переправа через річку. Переправа через яр по колоді. Безпека при подоланні природніх перешкод.	3
8.	Страховка та її види.	4
9.	Проведення туристично-спортивних занять в позаурочний час.	3
10.	Техніка подолання гірських перешкод. Навісна переправа через яр. Крутопохила переправа.	4
11.	Основи топографії та орієнтування на місцевості. Робота з картою. Масштаб. Умовні позначення на карті.	4
<b>Разом</b>		<b>60</b>

#### Заочна форма

№ з/п	Назв теми	Кількість годин
1.	Складання комплекту базової документації уявної туристської групи.	10
2.	Складання по топографічній карті план-схеми пішохідного переходу.	10
3.	Складання плану-програми екскурсії на об'єкт.	10
4.	Складання плану (програми) пішої екскурсії по кварталу міста.	10
5.	Складання плану-програми автобусної екскурсії по району області.	8
6.	Складання плану-програми дводенної автобусної екскурсії по області України.	10
7.	Навісна переправа через річку. Переправа через яр по колоді. Безпека при подоланні природніх перешкод.	10
8.	Страховка та її види.	10
9.	Проведення туристично-спортивних занять в позаурочний час.	10
10.	Техніка подолання гірських перешкод. Навісна переправа через яр. Крутопохила переправа.	8
11.	Основи топографії та орієнтування на місцевості. Робота з картою. Масштаб. Умовні позначення на карті.	10
<b>Разом</b>		<b>106</b>

#### 4.4. Забезпечення освітнього процесу

1. Навчально-методичний матеріал: конспекти лекцій та практичних занять.
2. Мережа Інтернет: доступ до сайтів університетів та інших сайтів, що необхідні для навчального процесу.
3. Обладнання: мультимедійний проектор, програмне забезпечення.
4. Прилади: палатки, рюкзаки, туристське спорядження, відра, сокира, посуд.



## 5. Підсумковий контроль

### 5.1. Перелік питань підсумкового контролю (екзамен)

1. Безпека при проведенні спортивних походів.
2. Техніка в'язання вузлів для зв'язування мотузок та методика навчання.
3. Техніка в'язання вузлів петель та методика навчання.
4. Техніка в'язання допоміжних вузлів та методика навчання.
5. Скласти таблицю порушень техніки подолання етапу навісна переправа через яр.
6. Скласти таблицю порушень техніки подолання етапу переправа через річку по колоді.
7. Скласти таблицю порушень техніки подолання етапу переправа через яр по колоді.
8. Скласти таблицю порушень техніки подолання етапу переправа через річку вбхід з використанням перил.
9. Скласти таблицю порушень техніки подолання етапу переправа через річку вбхід.
10. Скласти таблицю порушень техніки подолання етапу рух по жердинах, рух по купинах.
11. Скласти таблицю порушень техніки подолання етапу крутопохила переправа.
12. Скласти таблицю порушень техніки подолання етапу підйом по скельній ділянці або схилу.
13. Скласти таблицю порушень техніки подолання етапу траверс скельної ділянки або схилу.
14. Скласти таблицю порушень техніки подолання етапу спуск по вертикальних перилах.
15. Скласти таблицю порушень техніки подолання етапу спуск по схилу.
16. Скласти таблицю порушень техніки подолання етапу переправа по вірьовці з перилами.
17. Скласти перелік адміністративно-господарських посад для групи десять осіб.
18. Скласти перелік краєзнавчих посад для групи 17 осіб.
19. Скласти графік роботи по черговим посадам для походу подовженістю десять днів.
20. Скласти перелік особистого спорядження для походу першої категорії складності, що проводиться у листопаді по гірському Криму.
21. Скласти перелік групового спорядження для походу першої категорії складності, що проводиться у березні по гірському Криму (кількість туристів – 12 осіб).
22. Скласти таблицю денних переходів для заданої ділянки маршруту.
23. Скласти таблицю денних переходів для заданої ділянки маршруту.
24. Скласти таблицю денних переходів для заданої ділянки маршруту.
25. Скласти порядок надання першої допомоги при опіках.
26. Скласти порядок надання першої допомоги при отруєннях.
27. Скласти порядок надання першої допомоги при переломах.
28. Скласти порядок надання першої допомоги при тепловому ударі.
29. Скласти порядок надання першої допомоги при рваних ранах.
30. Скласти порядок надання першої допомоги при застудах.
31. Скласти пам'ятку з техніки безпеки для учасника туристського походу першої категорії складності.
32. Поняття «спортивне орієнтування».
33. Історія розвитку спортивного орієнтування.
34. Види змагань зі спортивного орієнтування.
35. Спорядження туриста.
36. Правила техніки безпеки під час проходження траси.
37. Надання першої медичної допомоги при вивихах суглобів і переломах.
38. Надання першої медичної допомоги при струсу мозку і травмах ока.
39. Надання першої медичної допомоги при кровотечах.

40. План і карта. Спортивна карта. Топографічна карта.
41. Масштаб. Види масштабів.
42. Зображення рельєфу місцевості на картах.
43. Горизонталі.
44. Висота перерізу.
45. Закладення.
46. Бергштрих.
47. Умовні знаки, їх підрозділи (масштабні, внемасштабні, лінійні).
48. Визначення сторін світу.
49. Компаси.
50. Азимути.
51. Визначення напрямку руху за азимутом.
52. Особливості бігу орієнтувальника.
53. Читання карти (точно, грубе).
54. Рух з читанням карти.
55. Спостереження за місцевістю.
56. Контроль відстані. Засоби контролю.
57. Контроль напрямку.
58. Контроль висоти.
59. Відмітка про проходження КП.
60. Лінійні орієнтири.
61. Площинні орієнтири.
62. Прийоми орієнтування за картою.
63. Макроформи та мікроформи рельєфу.
64. Орієнтування карти за компасом.
65. Орієнтування за місцевими ознаками.
66. Орієнтування за рисками на карті.
67. Рух за напрямком.
68. Рух за орієнтирами.
69. Рух за азимутом.
70. Визначення точки знаходження.
71. Вибір шляху та швидкості.
72. Фактори, що впливають на тактико-технічні прийоми вибору руху.
73. Перенесення КП і узяття КП. Прив'язка до орієнтирів.
74. Прийоми найближчого пошуку КП.
75. Знаки позначення дистанції.
76. Умовні знаки. Гідрографія та болота.
77. Умовні знаки. Рослинність.
78. Умовні знаки. Штучні споруди.
79. Умовні знаки. Рельєф.
80. Умовні знаки. Скелі та каміння.
81. Заповіді орієнтувальника.
82. Відновлювання орієнтування.
83. Аналіз втрат часу та дистанції.
84. Психологічна підготовка.
85. Спортивні тренування орієнтувальників.
86. Харчування туриста.
87. Суддівство змагань зі спортивного орієнтування.
88. Правила змагань з орієнтування за вибором.
89. Правила змагань з орієнтування по маркірованій трасі.
90. Правила змагань з орієнтування у позначеному напрямку.

**5.3 «0» варіант іспитового білету з зазначенням максимальної кількості балів за кожне виконане завдання**  
**ІСПИТОВИЙ БІЛЕТ № 0**

Чорноморський національний університет імені Петра Могили  
Рівень вищої освіти – бакалавр  
Галузь знань: 01 Освіта  
Спеціальність А7 Фізична культура і спорт  
Навчальна дисципліна  
**Туризм з методикою викладання**

1. Одноденний пішохідний похід.
2. Контроль відстані. Засоби контролю.
3. Суддівство змагань зі спортивного орієнтування.

Схвалено на засіданні кафедри медико-біологічних основ спорту та фізкультурно-спортивної реабілітації

Протокол № \_\_\_ від « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Завідувача кафедри  
Екзаменатор

С. В. Гетманцев  
А.І. Тіхоміров

*За повну розгорнуту відповідь на іспиті за 1 питання студент отримує 10 балів, за 2 та 3 питання по 15 балів:*

8-10 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

5-7 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

3-4 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.

0-2 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

11-15 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

7-10 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

4-6 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.

0-3 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

Максимальна кількість балів за іспит становить 40 балів.

### ***ІНСТРУКЦІЯ ПРОХОДЖЕННЯ ТЕСТУ***

Тест містить 40 питань. На кожне питання можливі від 1 до 4 відповідей, позначені цифрами. З відповідей на кожне питання оберіть ту, яка найбільш точно виражає вашу точку зору. Цифри вашої відповіді занесіть у бланк для відповідей проти відповідного номера запитання.

**1. До якої групи карт відноситься карта масштабу 1: 10000:**

- а) дрібномасштабні
- б) середньомасштабні
- в) великомасштабні

**2. Класифікація спортивного туризму була введена в**

- а) 1935;
- в) 1949;
- в) 1960 році.

**4. Вищим керівним органом туристського клубу є**

- а) загальні збори
- б) голова клубу
- в) правління клубу.

**5. Людина може обходитися без їжі наступну кількість днів:**

- а) 20-25
- б) 30-40
- в) 60-70
- г) 70-80.

**6. Найбільш високий ступінь ризику має такий вид туризму:**

- а) гірський
- б) водний
- в) пішохідний
- г) лижний
- е) спелеологічний.

**Бланк відповідей**

Група \_\_\_\_\_

ПІБ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40

**6. Забезпечення освітнього процесу**

В процесі навчання застосовуються засоби мережі інтернет, платформа Moodle, особливо для тих здобувачів, які знаходяться на змаганнях, навчально-тренувальних зборах чи тих, хто з поважної причини не зміг бути присутнім на заняттях. А також: робоча навчальна програма; навчальні посібники; опорні конспекти лекцій, презентації; засоби підсумкового контролю.

**7. Критерії оцінювання та засоби діагностики результатів навчання**

**7.1. Система оцінювання роботи здобувачів**

Контроль рівня засвоєння навчального матеріалу здійснюється шляхом перевірки знань здобувачів на заліку згідно розкладу сесії.

У відповідності до положення про систему рейтингової оцінки знань здобувачів при вивченні дисципліни «Основи психофізіології» застосовується наступна система оцінювання роботи здобувачів

**денної форми навчання**

№	Вид контролю	Максимальна кількість балів	Термін виконання
1	Виконання практичних робіт на заняттях 15 занять по 3 бали	15 x 3 = 45	Протягом семестру

2	Написання реферату	5	Протягом семестру
3	Самостійна робота	10	Кінець семестру
4	Іспит	40	Заліково-екзаменаційна сесія
	Всього	100	

#### заочної форми навчання

№	Вид контролю	Максимальна кількість балів	Термін виконання
1	Виконання практичних робіт на заняттях 4 занять по 5 балів	4 x 5 = 20	Протягом семестру
2	Написання реферату	15	Протягом семестру
3	Контрольна робота (тестування)	25	Кінець семестру
4	Іспит	40	Заліково-екзаменаційна сесія
	Всього	100	

#### 7. Форми поточного та підсумкового контролю

Досягнення студента оцінюються за 100-бальною системою університету.

Підсумкова оцінка навчального курсу включає в себе оцінки з поточного контролю. У кожного компонента своя частка в загальній системі оцінок. У проміжних оцінках студент може набрати від 60 балів до 100 балів (у разі відсутності заключного іспиту). Під компонентом проміжних оцінок розуміються поточні оцінки протягом семестру (активність, участь в дискусіях; виконання завдань та інше).

Підсумкова оцінка навчального курсу є сумою проміжних оцінок і оцінки іспиту (за його наявності). Форма і способи одержання відсутніх балів визначаються викладачем. Це може бути опитування (письмовий, усний) за темами пропущених занять, тестування, тобто студент повинен виконати на «задовільно» необхідний мінімум навчальних робіт, який не був виконаний в семестрі.

Студент, який отримав за всі контрольні заходи (КЗ) протягом семестру не менше 60 балів, за його бажанням, може бути звільненим від підсумкової форми контролю. Студент, який набрав за всі КЗ менше 60 балів, складає підсумковий контрольний захід, до якого він допускається, якщо має за виконання всіх передбачених елементів модулів необхідну мінімальну суму 50 балів. Перелік питань для підготовки до підсумкового контролю з дисципліни надається студентам завчасно.

Поточний контроль проводиться на кожному практичному занятті. Він передбачає оцінювання теоретичної підготовки здобувачів вищої освіти із зазначеної теми (у тому числі, самостійно опрацьованого матеріалу) під час роботи на семінарських заняттях та набутих практичних навичок під час виконання самостійної роботи, а саме рівень її виконання.

Зарахування кредитів навчального курсу можливо тільки після досягнення результатів, запланованих РПНД, що виражається в одній з позитивних оцінок, передбачених чинним законодавством.

##### Критерії оцінювання практичної роботи:

- 1 бал – завдання виконано поверхнево.
- 2 бали – фрагментарне виконання лише частини (25 %) завдання.
- 3 бали – фрагментарне виконання лише частини (55 %) завдання.
- 4 бали – фрагментарне виконання лише частини (75 %) завдання.
- 5 балів – завдання виконано повністю. Стиль виконання – копіювальний (відтворення відомостей без чіткого усвідомлення їх суті).

6 балів – завдання виконано повністю. Стиль виконання – копіювально-алгоритмічний (частина відомостей відтворена без чіткого усвідомлення їх суті, частина відтворена і пояснена).

7 балів – завдання виконано повністю. Стиль виконання – евристичний (відтворення відомостей з елементами власних суджень).

8 балів – завдання виконано повністю. Чітка аргументація та виділення ключових позицій. Глибоке розуміння суті виконуваного завдання. Використання новітніх джерел літератури. Стиль виконання – пошуковий.

9 балів – завдання виконано повністю. Чітка аргументація та виділення ключових позицій. Глибоке розуміння суті виконуваного завдання. Використання новітніх джерел літератури. Стиль виконання – евристичний з елементами пошукового.

10 балів – завдання виконано повністю. Чітка аргументація та виділення ключових позицій. Глибоке розуміння суті виконуваного завдання. Використання новітніх джерел літератури. Оригінальність. Виражений творчий підхід у роботі над виконанням завдання. Стиль виконання – творчий

#### Критерії оцінювання усної відповіді

Бали	Критерії оцінювання
5	Студент у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно, самостійно та аргументовано його викладає, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних питань, використовуючи при цьому обов'язкову та додаткову літературу, вільно володіє науковою термінологією, розв'язує задачі стандартним або оригінальним способом, наводить аргументи на підтвердження власних думок, здійснює аналіз та робить висновки
4	Студент достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає, використовуючи при цьому обов'язкову літературу, розв'язує задачі стандартним способом, володіє науковою термінологією. Але при висвітленні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі неістотні неточності та незначні помилки.
3	Студент відтворює значну частину навчального матеріалу, висвітлює його основний зміст, виявляє елементарні знання окремих положень, записує основні формули, рівняння, закони. Не здатний до глибокого, всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, не користується необхідною літературою, допускає істотні неточності та помилки..
2	Студент не володіє навчальним матеріалом фрагментарно, поверхово (без аргументації та обґрунтування) викладає окремі питання навчальної дисципліни, майже не розкриває зміст теоретичних питань і практичних завдань.
1	Студент має узагальнене уявлення з означеного питання чи проблеми, має дуже поверхневі знання, володіє навчальним матеріалом на рівні розпізнавання явищ, у відповіді допускає істотні помилки
0	Студент не дає відповіді.

Критеріями оцінювання презентації є її відповідність змісту доповіді студента за матеріалами дослідження та оригінальність візуального представлення. Максимальний бал за презентацію - 5.

Ваговий коефіцієнт тестового завдання визначається викладачем в залежності від кількості завдань у тестовому контролі і може складати від 0,25 бали до 1,0.

#### Рекомендовані джерела інформації

### Основна

1. Бейдик О. О., Карпенко, В. П. Методика викладання туризму: навчальний посібник. Київ: Ліра-К, 2022. 312 с.
2. Бондаренко, Р. С. Туризм та інновації: нові підходи до розвитку. Київ: Професіонал, 2021. 310 с.
3. Бородавко О. В. Сучасні методи викладання в туризмі. Київ: Професіонал, 2021. 260 с.
4. Васкан І., Медвідь А. [Організація спортивно-оздоровчого туризму](#) : навч.-метод. посіб. Чернівці : Чернівець. нац. ун-тім. Ю. Федьковича, 2023. 164 с.
5. Гончарук І. Р. Основи туристичного менеджменту: навчальний посібник. Чернівці: Чернівецький національний університет, 2023. 300 с.
6. Гуцуляк М. І. Організація туристичної діяльності: теорія та практика. Харків: Видавництво ХНУ, 2021. 280 с.
7. Дорошенко Т. М. Культура та етика туристичної діяльності. Полтава: Полтавський національний університет, 2020. 230 с.
8. Заварзін В. О. Методика викладання дисциплін з туризму: досвід і перспективи. Харків: Вид-во ХНУ, 2022. 275 с.
9. Кифяк В. Ф. Туризм: теорія і практика. Львів: Видавництво ЛНУ, 2020. 356 с.
10. Коваленко, С. В. Екологічний туризм: теорія та практика. Одеса: ОНУ, 2021. 295 с.
11. Коваленко І. П. Туристична безпека: питання та рішення. Одеса: ОНУ, 2022. 265 с.
12. Кузьменко А. І. Туризм у контексті соціально-економічного розвитку регіонів. Запоріжжя: ЗНУ, 2023. 280 с.
13. Левченко Т. О. Культура обслуговування в туризмі. Чернігів: Чернігівський національний університет, 2021. 275 с.
14. Лисенко Т. І. Туристичні послуги: організація та управління. Київ: КНУ, 2023. 280 с.
15. Лисенко О. С. Глобалізація туризму: виклики та можливості. Одеса: ОНУ, 2024. 280 с.
16. Мельник О. Г. Туристичне право: навчальний посібник. Львів: Видавництво ЛНУ, 2020. 310 с.
17. Наливайко О. П. Інформаційні технології в туризмі: сучасний підхід. Черкаси: Черкаський національний університет, 2022. 245 с.
18. Остром Г. С. Туристичні маршрути: проектування та реалізація. Харків: ХНУ, 2024. 330 с.
19. Палій Т. Ю. Сервіс у туризмі: теоретичні аспекти та практика. Запоріжжя: ЗНУ, 2023. 268 с.
20. Прокопенко І. В. Соціальні медіа у туризмі: вплив на поведінку споживачів. Київ: Видавництво КНТЕУ, 2022. 240 с.
21. Руденко С. М. Методи оцінки туристичних дестинацій. Київ: Видавництво КНТЕУ, 2022. 290 с.
22. Сидоренко Ю. О. Актуальні проблеми вітчизняного туризму. Харків: ХНУ, 2024. 295с.
23. Соловійов М. І. Туристичні комунікації: основи та особливості. Львів: ЛНУ, 2021. 255с.
24. Тіхоміров, А. І. Організація краєзнавчо-туристичної роботи: навчально-методичний посібник. – Миколаїв: Іліон, 2016.– 190с.
25. Тіхоміров, А. І., Усатюк, Г. Ф. Організація туристичної роботи: навчально-методичний посібник. – Миколаїв: Іліон, 2017.– 177с.
26. Тіхоміров, А. І., Усатюк, Г. Ф. Туризм з методикою викладання: навчально-методичний посібник. – Миколаїв: Іліон, 2017.– 133с.
27. Тихонов А. С. Управління якістю туристичних послуг. Одеса: ОНУ, 2020. 275 с.
28. Удовиченко Н. В. Туризм та сталий розвиток: міжнародний досвід. Харків: ХНУ, 2023. 305 с.
29. Федоренко І. В. Туристичний маркетинг: основи та інструменти. Полтава: Полтавський національний університет, 2022. 300 с.
30. Хоменко А. А. Міжнародний туризм: теорія та практика. Львів: Видавництво ЛНУ, 2020. 330 с.

31. Чорна Н. М. Рекреаційний туризм: методика викладання. Одеса: Одеський національний університет, 2023. 288 с.
32. Шандрюк О. І., & Зінченко, Т. В. Інноваційні технології у викладанні туризму. Тернопіль: Економічна думка, 2024. 324 с.
33. Шевченко В. М. Креативний туризм: нові можливості для розвитку. Київ: Професіонал, 2021. 310 с.
34. Яремчук І. І. Методика викладання дисциплін з туризму: практичні рекомендації. Львів: Видавництво ЛНУ, 2023. 290 с.
35. Weaver, D., & Lawton, L. Sustainable Tourism: Theory and Practice. New York: Routledge, 2021. 368 с.
36. Hall, C. M., & Page, S. J. The Geography of Tourism and Recreation: Environment, Place, and Space. London: SAGE Publications, 2022. 464 с.
37. Cooper, C., & Buhalis, D. Tourism Management: An Introduction. Cambridge: Cambridge University Press, 2023. 312 с.
38. Smith, M. K., & Richards, G. Cultural Tourism in a Changing World: Politics, Participation, and (Re)presentation. Oxford: Oxford University Press, 2020. 344 с.
39. Morrison, A. M. Hospitality and Tourism Marketing. Berlin: Springer, 2024. 428 с.

#### *Допоміжна*

1. Збірник "Програми з позашкільної освіти: туристсько-краєзнавчий напрям" <http://ukrjuntur.org.ua/nasha-bbloteka/programi-gurtkv>
2. Методика проведення екскурсій [Електронний ресурс] Режим доступу: [http://info-library.com/content/1504\\_74Metodika\\_provedennya\\_ekskursii.html](http://info-library.com/content/1504_74Metodika_provedennya_ekskursii.html)
3. Методика проведення екскурсій [Електронний ресурс] Режим доступу: [http://vechervkarpatah.at.ua/publ/test/2\\_4\\_metodika\\_provedennja\\_ekskursij/6-1-0-1703](http://vechervkarpatah.at.ua/publ/test/2_4_metodika_provedennja_ekskursij/6-1-0-1703)
4. Пангелов Б.П. Організація і проведення туристсько-краєзнавчих подорожей: Навчальний посібник / Б.П. Пангелов. – Київ: Академ видав, 2010. – 248с.
5. Путівник Україною: вся Україна в одній статті [Електронний ресурс] Режим доступу: <http://travel.tochka.net/ua/7743-putevoditel-po-ukraine-vsya-strana-v-odnoy-state/>

#### *Інформаційні ресурси*

1. <https://www.fstu.com.ua/>
2. <https://cmkk.com.ua/>
3. <https://mms.gov.ua/sport/elektronnyi-reiestr-sportyvnykh-orhanizatsii>
4. <https://scu.org.ua/federation/federaciya-sportivnogo-turizmu-ukra%D1%97ni/>
5. <https://vofst.vn.ua/dokumenty-fstu/>
6. <https://dobre.club/>
7. <https://flixess.com/uk/tury-po-ukrayini/>
8. <https://cikava.net/>