

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.

“ ” \_\_\_\_\_ 2023 року

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**ТУРИЗМ ТА МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ**

Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт»  
Спеціальність 014.11 Середня освіта (Фізична культура)

Розробник	Тіхоміров А.І.
Завідувач кафедри розробника	Гетманцев С.В.
Завідувач кафедри спеціальності	Гетманцев С.В.
Гарант освітньої програми	Гетманцев С.В.
Декан факультету фізичного виховання і спорту	Тупеев Ю.В.
Начальник НМВ	Шкірчак С.І.



## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показника	Характеристика дисципліни	
Найменування дисципліни	Туризм та методика викладання	
Галузь знань	01 Освіта	
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт 014.11 Середня освіта (Фізична культура)	
Спеціалізація (якщо є)		
Освітня програма	Фізична культура і спорт Фізкультурно-спортивна реабілітація Середня освіта (Фізична культура)	
Рівень вищої освіти	Бакалавр	
Статус дисципліни	Нормативна	
Курс навчання	1	
Навчальний рік	2023 – 2024 н. р.	
Номер(и) семестрів (триместрів):	Денна форма	Заочна форма
	1	-
Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин	4 кредити / 120 годин	
Структура курсу:	Денна форма	Заочна форма
	– лекції	-
	– практичні заняття	-
	– годин самостійної роботи студентів	-
Відсоток аудиторного навантаження	50%	
Мова викладання	Українська	
Форма проміжного контролю (якщо є)	-	
Форма підсумкового контролю	Екзамен	

## 2. Мета, завдання та результати вивчення дисципліни

Дисципліна «Туризм та методика 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 студенти 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.

Вивчення дисципліни «Туризм та методика викладання» ґрунтується на знаннях, отриманих студентами під час опрацювання курсів «Туризм» та ін. 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 студенти 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 студентів 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;
- сформулювати 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 та методика 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 з краєзнавчого туризму;
- вмінь 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 студент повинен оволодіти наступними **компетенціями:**

<b>Загальні компетентності (ЗК)</b>	<b>ЗК3</b>	Навички міжособистісної взаємодії.
	<b>ЗК5</b>	Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.
	<b>ЗК8</b>	Здатність планувати та управляти часом.
	<b>ЗК9</b>	Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.
	<b>ЗК13</b>	Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
<b>Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК)</b>	<b>СК1</b>	Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості
	<b>СК3</b>	Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення
	<b>СК6</b>	Здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту.
	<b>СК14</b>	Здатність до безперервного професійного розвитку.

### **Передумови для вивчення дисципліни**

Для освоєння дисципліни «Туризм та методика викладання» студенти використовують знання і практичні навички, сформовані в процесі вивчення дисциплін «Анатомія», «Фізіологія», «Теорія і методика фізичного виховання».

### **Очікувані результати навчання**

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

**ПРН 4.** Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.

**ПРН 5.** Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

**ПРН 17.** Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.

**ПРН 21.** Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

### **3. Програма навчальної дисципліни**

№ з/п	Назви розділів та тем	Вс ьог	За формами занять, годин		Ф ор
			Аудиторні		

		о го ди н	л е к ці й ні	с е м і н а р с ь к і	пр акт ич ні	ла бо ра то рн і	С а м ос ті й на ро бо та ст уд ен та	ми ко нт ро лю
<b>Змістовий модуль 1. Туризм як явище громадського життя.</b>								
1.	Предмет, завдання, зміст дисципліни		2		2		5	
2	Історія розвитку туризму на теренах України		4		2		5	
3	Програмно-нормативні та організаційні основи туризму		2		2		5	
4	Основи техніки і тактики туризму		2		2		5	
<i>Разом за змістовим модулем 1</i>			10		8		20	
<b>Змістовий модуль 2. Організація та проведення туристичних походів.</b>								
5	Масові туристичні заходи – зльоти, змагання		4		4		6	
6	Спеціальне спорядження у туризмі		2		4		5	
7	Основи топографічної підготовки та спортивного орієнтування		4		4		6	
8	Карта та рух по місцевості		2		2		5	
9	Спортивне орієнтування і карта		2		4		6	
10	Умовні знаки спортивних карт		2		2		6	
11	Організація і проведення змагань зі спортивного орієнтування		4		2		6	
<i>Разом за змістовим модулем 3</i>			20		22		40	
<b><i>Разом за курс</i></b>			<b>30</b>		<b>30</b>		<b>60</b>	

#### 4. Зміст навчальної дисципліни

##### 4.1. План лекції

№	Тема заняття / план	год.
<b>Змістовий модуль 1. Туризм як явище громадського життя.</b>		10
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. Туристичний рух на Західній Україні 2. Історія розвитку туризму на теренах України 3. Туризм часів СРСР 4. Туризм у сучасній Україні	4
	<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>		20
Т е м а 5	<b>Масові туристичні заходи – зльоти, змагання.</b> 1. Мета і задачі, структура туристських зльотів і змагань 2. Зміст туристських зльотів і змагань	4
	<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: <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	4

	<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
	<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. 4. Організація фінішу. 5. Заходи безпеки при проведенні змагань та тренувань.	4

#### 4.2. Практичні (групові) заняття

№	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

### 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 *1 година 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

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

### 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. Поняття “спортивне орієнтування”.
2. Історія розвитку спортивного орієнтування.
3. Види змагань зі спортивного орієнтування.
4. Спорядження спортсмена-орієнтувальника.
5. Правила техніки безпеки під час проходження траси.
6. Надання першої медичної допомоги при вивихах суглобів і переломах.
7. Надання першої медичної допомоги при струсу мозку і травмах ока.
8. Надання першої медичної допомоги при кровотечах.
9. План і карта. Спортивна карта. Топографічна карта.
10. Масштаб. Види масштабів.
11. Зображення рельєфу місцевості на картах.
12. Горизонталі.
13. Висота перерізу.
14. Закладення.
15. Бергштрих.
16. Умовні знаки, їх підрозділи (масштабні, внемасштабні, лінійні).
17. Визначення сторін світу.
18. Компаси.
19. Азимути.
20. Визначення напрямку руху за азимутом.
21. Особливості бігу орієнтувальника.
22. Читання карти (точно, грубе).
23. Рух з читанням карти.
24. Спостереження за місцевістю.
25. Контроль відстані. Засоби контролю.
26. Контроль напрямку.
27. Контроль висоти.
28. Відмітка про проходження КП.
29. Лінійні орієнтири.
30. Площинні орієнтири.
31. Прийоми орієнтування за картою.
32. Макроформи та мікроформи рельєфу.
33. Орієнтування карти за компасом.
34. Орієнтування за місцевими ознаками.
35. Орієнтування за рисками на карті.
36. Рух за напрямком.
37. Рух за орієнтирами.
38. Рух за азимутом.
39. Визначення точки знаходження.

40. Вибір шляху та швидкості.
41. Фактори, що впливають на тактико-технічні прийоми вибору руху.
42. Перенесення КП і узяття КП. Прив'язка до орієнтирів.
43. Прийоми найближчого пошуку КП.
44. Знаки позначення дистанції.
45. Умовні знаки. Гідрографія та болота.
46. Умовні знаки. Рослинність.
47. Умовні знаки. Штучні споруди.
48. Умовні знаки. Рельєф.
49. Умовні знаки. Скелі та каміння.
50. Заповіді орієнтувальника.
51. Відновлювання орієнтування.
52. Аналіз втрат часу та дистанції.
53. Психологічна підготовка.
54. Спортивні тренування орієнтувальників.
55. Харчування спортсмена-орієнтувальника.
56. Суддівство змагань зі спортивного орієнтування.
57. Правила змагань з орієнтування за вибором.
58. Правила змагань з орієнтування по маркірованій трасі.
59. Правила змагань з орієнтування у позначеному напрямку.
60. Прикладне значення спортивного орієнтування.

*5.3 «0» варіант іспитового білету з зазначенням максимальної кількості балів за кожне виконане завдання*

ЧОРНОМОРСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ПЕТРА МОГИЛИ  
Кафедра олімпійського та професійного спорту  
Дисципліна «Туризм та методика викладання»

Екзаменаційний білет № 0

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

Затверджено на засіданні кафедри олімпійського та професійного спорту

Протокол № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_

Завідувача кафедри

С. В. Гетманцев

Екзаменатор

А.І. Тихоміров

## **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 і на дистанційній формі навчання. А також: робоча навчальна програма; навчальні посібники; опорні конспекти лекцій, презентації; засоби підсумкового контролю.

## 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 (додаток А).

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 0,5.

#### Рекомендовані джерела інформації

*Основна*

1. Закон України від 15 вересня 1995 року №324 / 95 – ВР «Про туризм»
2. Ахмадулін. Ф.А. «Організація та проведення туристичних змагань школярів». 1983р.
3. Гонопольський В.И. «Уроки туризму»: посібник для вчителів» МО; 1998р.
4. Забалій М.Д., Петровський В.С. Пішохідний і лижний туризм,– К., 1984.
5. Пимкин А Школа виживання Електронний підручник сайт exebook.com

6.Серба Т. Ситуаційні задачі як метод навчання та контролю знань у гуртках спортивного туризму.– Тернопіль, 2000

7. Спутник туриста.– К.: Здоров'я, 1983.

8. Усов А. Орієнтування в подорожі. Краєзнавство. Географія. Туризм № 36, 2005

*Допоміжна*

1. Правила змагань з спортивного туризму

2. ПРАВИЛА проведення туристських подорожей з учнівською та студентською молоддю України

*Інформаційні ресурси*

1. <http://www.uaf.org.ua/>

2. <http://iaaf.org/>

3. <http://www.european-athletics.org/>

4. [http://tourlib.net/books\\_ukr/petranivsky4.htm](http://tourlib.net/books_ukr/petranivsky4.htm)

5. <https://uk.wikipedia.org>

6. [http://pidruchniki.com/14170120/kulturologiya/vid\\_avtora](http://pidruchniki.com/14170120/kulturologiya/vid_avtora)

7. <http://nsku.org.ua/>

8. <http://korolenko.kharkov.com/kray/kray0.html>

9. <http://www.lnu.edu.ua>