

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО

Природничо-географічний факультет

Кафедра географії та туризму

ЗАТВЕРДЖЕНО НА ЗАСІДАННІ КАФЕДРИ

Завідувач кафедри

_____ / С.В. Гришко

(протокол № 3 від 26.09.2023 р.)

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ПРАКТИКИ

ТУРИСТИЧНИЙ ПОХІД

для здобувачів вищої освіти

Рівень вищої освіти: **перший (бакалаврський)**

Галузь знань: **24 Сфера обслуговування**

Спеціальність: **242 Туризм та рекреація**

Освітня програма: **Туризм**

Запоріжжя, 2023

Розробники:

Байтеряков О. З. к. геогр. н., доцент

Арсененко І. А. к. геогр. н., доцент

Донець І.А. к. геогр. н., доцент

Донченко Л.М. к. геогр. н., доцент

ПОГОДЖЕНО: Гарант освітньої програми

Донець І.А.

Робоча програма навчальної «Туристичний похід» складена відповідно до освітньої програми Туризм, спеціальності 242 Туризм та рекреація, першого рівня (бакалаврського)

1. Мета практики: оволодіння практичними навиками, необхідними для підготовки, організації та проведення туристичного походу, подолання природних перешкод, участі команди у туристичних змаганнях 1-2 класів складності.

2. Перелік програмних компетентностей, які набуваються під час практики:

Загальні компетентності

K1. Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.

Фахові компетентності

K15. Знання та розуміння предметної області та розуміння специфіки професійної діяльності.

K16. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

K20. Розуміння процесів організації туристичних подорожей і комплексного туристичного обслуговування (готельного, ресторанного, транспортного, екскурсійного, рекреаційного).

K21. Здатність розробляти, просувати, реалізовувати та організовувати споживання туристичного продукту.

K23. Здатність забезпечувати безпеку туристів у звичайних та складних форс-мажорних обставинах.

3. Заплановані програмні результати навчання:

ПР02. Знати, розуміти і вміти використовувати на практиці базові поняття з теорії туризму, організації туристичного процесу та туристичної діяльності суб'єктів ринку туристичних послуг, а також світоглядних та суміжних наук.

ПР03. Знати і розуміти основні форми і види туризму, їх поділ.

ПР04. Пояснювати особливості організації рекреаційно-туристичного простору.

ПР06. Застосовувати у практичній діяльності принципи і методи організації та технології обслуговування туристів.

ПР07. Розробляти, просувати та реалізовувати туристичний продукт.

ПР22. Професійно виконувати завдання в невизначених та екстремальних ситуаціях.

4. Бази проходження практики.

№	База практики	№ договору/угоди, дата укладання	Дата закінчення терміну дії договору/угоди
1.	КЗ Центр позашкільної освіти Мелітопольської міської ради		
2.	Оздоровчий навчально-туристичний комплекс МДПУ (п. Богатир)	Не має потреби	
3.	Туристичний майданчик агробіологічного комплексу МДПУ імені Богдана Хмельницького	Не має потреби	
4.	Навчально_відновлювальний стенд_тренажер Скеля 1 МДПУ імені Богдана Хмельницького	Не має потреби	
5.	В умовах воєнного стану База практики за місцем проживання (тимчасового знаходження) здобувача вищої освіти	Не має потреби	

5. Зміст практики

5.1. Опис навчальної практики

Таблиця 1

Найменування показників	Ступінь вищої освіти галузь знань, спеціальність, спеціалізація	Характеристика практики
Кредитів: 3 Загальна кількість годин - 90 Тижневих годин: 40	Галузь знань: 24 Сфера обслуговування Спеціальність: 242 Туризм та рекреація Освітня програма: Туризм	Назва практики: Туристичний похід Семестр: 2 Термін проходження: 2 тижня Вид контролю: інтегрований. Складова ОК Спортивно-оздоровчий туризм.

Навчальна практика «Туристичний похід» (1 курс) складова ОК
Спортивно-оздоровчий туризм.

Зміст практики поділений на окремі теми, вивчення яких в сукупності формують необхідні знання і вміння, потрібні для підготовки, організації та участі у туристичному поході. Для вивчення кожної теми необхідно виконання певної кількості практичних завдань. Дані завдання логічно пов'язані між собою і уявляють послідовні етапи оволодіння темою. Для виконання завдань необхідно ознайомитись з рекомендаціями, підготувати потрібне спорядження та виконувати його, дотримуючись вказаної послідовності.

Навчальна практика з туристичного походу проводиться, більшою частиною за визначеним туристичним маршрутом на перетинній місцевості та на навчально-відновлювальному стенді тренажері «Скеля-1».

5.2. Зміст практики

Блок 1. Організація туристичного походу.

Тема 1. Оформлення маршрутної документації. Вибір і характеристика району туристичного походу. Особливості розробки маршрутної документації – принципи побудови маршруту, побудова графіку походу. Розподіл обов'язків у туристичній групі.

Тема 2. Планування основного та запасного варіантів маршруту. Класифікація туристичних подорожей. Види туристичних маршрутів. Підготовка особистого та групового зарядження. Розрахунок і підготовка продуктів харчування. Організація туристичних походів у літніх, осінніх і зимових умовах. Спосіб руху в подорожі. Сезонність. Особливості організації туристичних походів за різними віковими групами туристів.

Тема 3. Забезпечення безпеки — основна проблема організації туристичних походів з починаючими туристами. Ознайомитись з видами та особливостями першої медичної допомоги в туризмі. Розглянути основні види транспортування постраждалого в походах.

Блок 2. Проведення туристичного походу, змагальний туризм.

Тема 4. Туристичне спорядження. Туристичне спорядження. Класифікація туристичного спорядження. Групове спорядження. Характеристика туристських палаток. Спорядження для вогнища. Спорядження для готування їжі. Особисте спорядження. Види рюкзаків (м'який, станковий, напівжорсткий), принципи їх укладання. Туристський одяг. Спальний мішок. Предмети гігієни.

Тема 5. Спеціальне спорядження. Характеристика туристичних мотузок. Види і призначення туристичних карабінів. Види, призначення та в'язка туристичних вузлів: прямий, академічний, брамшкотовий, зустрічний, вісімка, булінь, схоплювальний (прусік), схоплювальний обмотувальний, удавка, штик, стремено. Ремонтний набір. Фотоапаратура. Прилади для орієнтування.

Тема 6. Організація страховки. Особливості організації страховки. Види самостраховки. Командна страховка.

Тема 7. Організація змагань з спортивного орієнтування.

Види змагань з спортивного орієнтування. Змагання з орієнтування у заданому напрямку. Змагання з орієнтування за вибором. Змагання з орієнтування за маркованим маршрутом. Обладнання і структура дистанції. Обладнання контрольних пунктів. Способи встановлення відміток на контрольних пунктах. Організація змагань. Порядок старту і проходження дистанції

Тема: 8. Змагання з техніки пішохідного туризму

Загальні положення про змагання з техніки пішохідного туризму

Особливості і принципи встановлення дистанції змагань з техніки пішохідного туризму. Побудова дистанції змагань в різних природних умовах. Тактика проходження дистанції змагань. Етапи дистанції змагань.

Етапи змагань - «Навісна переправа»

Етап «навісна переправа». Види етапу. Стаціонарна переправа. Переправа із самонаведенням. Принципи і параметри встановлення етапу. Особливості проходження. Способи наведення переправи. Можливі помилки і штрафи на етапі.

Етапи змагань - «Переправи по паралельним перилам, по колоді, маятником»

Етап «переправа по паралельним перилам». Види етапу. Стаціонарна переправа. Переправа із самонаведенням. Принципи і параметри встановлення етапу. Особливості проходження. Способи наведення переправи. Можливі помилки і штрафи на етапі.

Етап «переправа по колоді». Види етапу. Стаціонарна переправа. Переправа із самонаведенням. Принципи і параметри встановлення етапу. Особливості проходження. Способи наведення переправи. Можливі помилки і штрафи на етапі.

Етап «переправа маятником». Види етапу. Принципи і параметри встановлення етапу. Особливості проходження. Способи наведення переправи. Можливі помилки і штрафи на етапі.

Етап «переправа водних перешкод». Види етапу. Переправи вбхід: одиночна –без страхування і самострахування, з жердиною, з жердиною і страхуванням з берега, по перилах; групова – колоною, попарно, стінкою, таджицьким способом (в колі). Переправи над водою (по нерухомих опорах): природні опори - колоди, каміння, купини, снігові та крижані мости; штучні – вкладаєна колода, навісна переправа. Переправи по воді: на тваринах – конях, ослах, верблюдах; на плавзасобах – човнах, матрацах, камерах. Переправа вплав- без допоміжних засобів і страхування, із страхуванням, з використанням допоміжних засобів-рятувальні жилети, колоди.

Етапи змагань - «подолання умовного болота»

Етап «подолання умовного болота по жердинам». Види етапу. Принципи і параметри встановлення етапу. Особливості проходження. Способи наведення переправи. Можливі помилки і штрафи на етапі.

Етап «подолання умовного болота по купинам». Види етапу. Принципи і параметри встановлення етапу. Особливості проходження. Способи наведення переправи. Можливі помилки і штрафи на етапі.

Етап «траверс схилу». Види етапу. Принципи і параметри встановлення етапу. Особливості проходження. Способи наведення переправи. Можливі помилки і штрафи на етапі.

Етапи змагань - «спуск і підйом по схилу»

Етап «спуск по схилу на мотузці». Види етапу. Спуск спортивним способом. Спуск дюльфером. Спуск на спеціальних пристроях. Принципи і параметри встановлення етапу. Особливості проходження. Способи наведення переправи. Можливі помилки і штрафи на етапі.

Етап «підйом по схилу спортивним способом». Види етапу. Принципи і параметри встановлення етапу. Особливості проходження. Способи наведення переправи. Можливі помилки і штрафи на етапі.

Тема 9. Змагання з комбінованого туристичного маршруту. Загальні положення про змагання з комбінованого туристичного маршруту

Особливості і принципи встановлення дистанції змагань з комбінованого туристичного маршруту. Побудова дистанції змагань в різних природних умовах. Тактика проходження дистанції змагань. Етапи дистанції змагань. Визначення результатів: 1) за часом подолання дистанції, 2) за оптимальним часом та штрафними балами.

Технічні етапи змагань з комбінованого туристичного маршруту

Етапи дистанції змагань з комбінованого туристичного маршруту. Технічні етапи. Етап «навісна переправа». Етап «переправа по паралельним перилам». Етап «переправа по колоді». Етап «переправа маятником». Види етапу. Етап «подолання умовного болота по жердинам». Етап «подолання умовного болота по купинам». Етап «траверс схилу». Етап «спуск по схилу на мотузці». Види етапу. Спуск спортивним способом. Спуск дюльфером. Спуск на спеціальних пристроях. Етап «підйом по схилу спортивним способом».

Теоретичні етапи змагань з комбінованого туристичного маршруту

Теоретичні етапи. Визначення топонімів. Визначення мінералів. Визначення рослин. Визначення висоти об'єкту. Визначення ширини перешкоди. Медичні завдання.

6. Заняття та екскурсії під час практики

6.1. Індивідуальні завдання

1. Розробка плану туристичного походу.
2. Розробка основного та запасного маршрутів.
3. Складання списків необхідного спорядження.
4. Виявлення перешкод під час походу та підготовка до їх подолання.
5. Організація змагань з спортивного орієнтування.
6. Розробка і опис етапів дистанції змагань з техніки пішохідного туризму
7. Розробка дистанції і опис етапів змагань з комбінованого туристичного маршруту.

6.2. Форми і методи контролю.

Кожен студент повинен виконувати усі практичні роботи. Під час виконання практичних робіт перевіряються теоретичні знання і практичні вміння, які отримані під час виконання роботи. Після виконання практичних робіт проводиться співбесіда зі студентами. На її підставі зараховується виконання практичної роботи кожному студенту. Хід практичної роботи відображається студентами в польовому щоденнику. Завершальним етапом практики є організація та проведення туристичного походу. Також складається груповий звіт з навчальної практики.

7. Вимоги до звіту

Груповий звіт вміщує такі розділи:

1. Мета і завдання навчальної практики.
2. Географічна характеристика району туристичного маршруту.
3. Опис походу. Документація походу або туристичного маршруту.
4. Характеристика навчальних дистанцій з спортивного орієнтування.
5. Характеристика навчальних дистанцій з техніки пішохідного туризму.
6. Характеристика навчальної дистанції з комбінованого туристичного маршруту.
7. Підсумки та рекомендації щодо наступних організацій походів або туристичних спортивних маршрутів.

8. Критерії оцінювання

Навчальна практика «Туристичний похід» оцінюється за 100-бальною шкалою відповідно наступним схемам:

Кожна тема програми – по 10 балів (максимально 90 б.),

Індивідуальне завдання – 5 балів,

Звіт з практики – 5 балів.

Оцінка кожної теми навчальної практики складається з оцінки за теоретичні знання (5 балів) і оцінки за отримані вміння (5 балів), що у сумі складає до 10 балів).

8.1. Критерії оцінювання практичних вмінь

5 балів	Здобувач повністю опанував тему, він здатен виконати самостійно, без помилок всі практичні завдання теми
4 бали	Здобувач добре опанував тему, він здатен виконати самостійно, з несуттєвими помилками всі практичні завдання теми
3 бали	Здобувач достатньо опанував тему, він здатен виконати у складі команди, з несуттєвими помилками практичні завдання теми
1-2 бали	Здобувач практично не опанував тему, він не здатен виконувати практичні завдання теми або приспускається суттєвих помилок

**8.2. Критерії системи оцінювання знань студентів МДПУ ім. Богдана
Хмельницького**
Оцінювання за 100-ю шкалою ECTS

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов’язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов’язковим повторним вивченням дисципліни

9. Перелік навчально-методичної літератури

Основна

1. Байтеряков О.З. Туризм: туристичні змагання. Електронний навчальний посібник / О.З.Байтеряков, В.В. Молодиченко – Мелітополь, 2008.
2. Байтеряков О.З. Пішохідний туризм. Базова туристсько-спортивна підготовка в опорно-інформаційних схемах: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / О.З. Байтеряков, В.В. Молодиченко, Л.Л. Акімова. – Мелітополь: ВПЦ «ЧП Верескун», 2011. – 70 с.
3. Байтеряков О.З. Спортивно-оздоровчий туризм: Навчальний посібник /О.З. Байтеряков, І.А. Арсененко. – Мелітополь: ФОП Однорог Т.В., 2018. – 160 с.
4. Грабовський Ю.А. Спортивний туризм. Навчальний посібник / Ю.А. Грабовський, О.В. Скалій, Т.В. Скалій – Тернопіль, 2018. – 304 с.
5. Костриця М.Ю. Туристсько-краєзнавча робота в школі. Посібник для вчителя географії / М.Ю. Костриця– К., Вища школа, 1994. – 127с.

6. Методичні розробки для практичних і самостійних робіт з курсу «Туризм». II частина /уклад.: О.З.Байтеряков. - Мелітополь, 2013. - 90с.
7. Навчальні програми туристсько-краєзнавчих об'єднань учнівської молоді. – К., 1995.
8. Настанови щодо проведення змагань з туризму та туристських походів з кожного виду туризму. - Федерація спортивного туризму України, 2020. – 58 с.
9. Правила змагань зі спортивного орієнтування. – К.: Федерація спортивного орієнтування України, 2004. – 96 с.
10. Правила змагань зі спортивного туризму. - Федерація спортивного туризму України, 2008.
11. Уроки туризму / Ганопольський В. — К.: Ред. загальнопед. газ., 2004.— 128 с.
12. Щур Ю.В. Спортивно-оздоровчий туризм. Навчальний посібник. / Ю.В. Щур, О.Ю. Дмитрук – К., 2003. – 232 с.

Додаткова

1. Кобернік С.Г. Методика викладання географії в школі: Навчально-методичний посібник / С.Г. Кобернік, Р.Р. Коваленко, П.О. Масляк, О.Я. Скуратович. – К.: Стафед-2, 2000. – 320 с.
2. Система підготовки організаторів краєзнавчо-туристичної роботи / Н.М. Сажнєва, О.З. Байтеряков //Рідна школа, 2006, №1. – С. 42-43.

Інформаційні ресурси

1. <http://tourlib.net/vidy.htm>
2. <http://orienteering.org.ua>
3. <http://orient.zp.ua>