

АНОТАЦІЯ

Назва дисципліни / освітнього компонента	Спортивний туризм та орієнтування
Освітня програма	«Фізична культура і спорт», першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт, галузі знань А Освіта
Компонент освітньої програми	Вибірковий
Загальна кількість кредитів та кількість годин для вивчення дисципліни	4 кредити / 120 годин
Вид підсумкового контролю з	екзамен
Мова викладання	українська
Викладач	Чалій Людмила Володимирівна, канд. пед. наук, доцент
CV викладача на сайті кафедри	lydmula1567@ukr.net
E-mail викладача	lydmula1567@ukr.net

Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою навчальної дисципліни «Спортивний туризм та орієнтування» є формування комплексу спеціальних знань, умінь та навичок спортивних походів та змагань з різних видів туризму та формування мотивації до занять оздоровчими видами спорту, зокрема спортивним орієнтуванням.

Під час вивчення студентами навчальної дисципліни вирішуються такі **завдання**:

- 1.Озброєння майбутніх фахівців знаннями з питань розвитку та сучасного стану, нормативно-правової бази та організаційними основами спортивного туризму.
- 2.Вивчення тактико-технічних особливостей занять зі спортивного туризму, питань їх використання у практиці фахівця фізичної культури і спорту.
3. Підвищення рівня практичної підготовки зі спортивного орієнтування.

Дисципліна має забезпечити набуття таких компетентностей:

ІК Бакалавр фізичної культури і спорту здатний розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання,

що передбачає застосування теорій та методів відповідних наук, і характеризується комплексністю та невизначеністю умов

ЗК 1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях

ЗК 2. Здатність планувати та управляти часом

ЗК 7. Здатність працювати в команді

ЗК 8. Навички міжособистісної взаємодії

ЗК 9. Навики здійснення безпечної діяльності

ЗК 10. Прагнення до збереження навколишнього середовища, реалізації концепції сталого розвитку людства.

ФК 3. Здатність до загальної орієнтації у застосуванні основних теоретичних положень та технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності

ФК 4. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних видів робіт основ медичних знань, надавати долікарську допомогу особам під час виникнення у них невідкладних станів та патологічних процесів в організмі, та методику фізкультурно-спортивної реабілітації таких осіб

ФК 10. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання із загальної теорії здоров'я та здатність до інтегрування знань про принципи, шляхи та умови ведення здорового способу життя

ФК 11. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.

Зміст навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Теоретична база спортивного туризму та орієнтування.

Тема 1. Теоретичні засади спортивного туризму.

Тема 2. Організаційно-управлінська структура спортивного туризму. Єдина спортивна класифікація присвоєння розрядів.

Тема 3. Завдання, зміст, особливості туристської роботи.

Тема 4. Туризм і здоров'я людини. Медичний супровід туристської роботи.

Тема 5. Основні форми туристичної роботи.

Тема 6. Особливості туристської роботи за видами спортивного туризму.

Тема 7. Топографічна підготовка туриста. Термінологія у топографії.

Тема 8. Основи спортивного орієнтування. Особливості спортивних карт

Змістовий модуль 2. Практична підготовка спортсмена у туризмі та в орієнтуванні

Тема 9. Форми навчально-тренувальної й спортивно-туристської діяльності.

Тема 10. Зміст теоретичної та практичної туристської підготовки.

Тема 11. Техніка безпеки у туризмі: правила, поради, рекомендації, досвід.

Тема 12. Одноденні подорожі: загальна схема організації, видові особливості.

Тема 13. Організація багатоденних походів: зміст підготовки, контролю, відповідальність керівника, робота учасників на всіх етапах подорожі

Тема 14. Технології підготовки спортсменів та команд до змагань з техніки пішохідного туризму.

Тема 15. Система багаторічної підготовки у туризмі.

Тема 16. Техніка і тактика спортивного туризму (пішохідний).

Тема 17. Техніка і тактика спортивного туризму (водний).

Тема 18. Техніка і тактика спортивного туризму (велосипедний).

Тема 19. Структура спортивної підготовки в орієнтуванні.

Тема 20. Змагання у спортивному орієнтуванні на різних дистанціях.

Тема 21. Тактичні та технічні прийоми спортсмена-орієнтувальника.

Тема 22. Особливості категорійних походів у туризмі.

Тема 23. Система суддівства в спортивному туризмі та у спортивному орієнтуванні.

Тема 24. Забезпечення техніки безпечного подолання дистанцій змагань у польових умовах.