

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, ЗДОРОВ'Я ТА ТУРИЗМУ  
КАФЕДРА ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Декан факультету фізичного виховання,  
здоров'я і туризму



М.В. Маліков

2023

**СПОРТИВНЕ ОРІЄНТУВАННЯ**  
РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

підготовки бакалавра

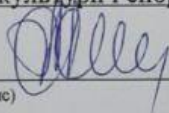
очної (денної) та заочної (дистанційної) форм здобуття освіти  
спеціальності 017 Фізична культура і спорт  
(шифр, назва спеціальності)

освітньо-професійна програма Фізичне виховання  
(назва)

Укладач Пиптюк П.Ф., доцент кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту

Обговорено та ухвалено  
на засіданні кафедри теорії та методики  
фізичної культури і спорту

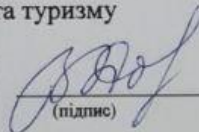
Протокол №1 від "30" серпня 2023 р.  
Завідувач кафедри теорії та методики  
фізичної культури і спорту

  
(підпис)

А. П. Конох

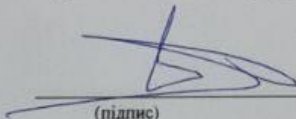
Ухвалено науково-методичною радою  
факультету

Протокол №1 від "31" серпня 2023 р.  
Голова науково-методичної ради  
факультету фізичного виховання, здоров'я  
та туризму

  
(підпис)

В.В. Дорошенко  
(ініціали, прізвище)

Погоджено  
Гарант освітньо-професійної програми

  
(підпис)

(ініціали, прізвище)

2023 рік

Робоча програма “Спортивне орієнтування” для студентів за напрямом підготовки 6.010201 “Фізичне виховання”, “29” серпня, 2014 року. – 12 с.

Розробник: Пиптюк П.Ф., ст. викладач кафедри ТМФВіС  
 Робоча програма затверджена на засіданні кафедри ТМФВіС  
 Протокол від “29” серпня 2014 року №1

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ А.П. Конох

“29” серпня 2014 року

Схвалено науково-методичною радою факультету фізичного виховання ЗНУ

Протокол від “28” серпня 2014 року №1

Голова \_\_\_\_\_ І.О. Денисенко

### 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 1,5	Галузь знань 0102 “Фізичне виховання, спорт і здоров’я людини”	Нормативна	
Модулів – 2	Спеціальність: 6.010201 “Фізичне виховання”	<b>Рік підготовки:</b>	
Змістових модулів – 2		2-й	5-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання: реферат		<b>Семестр</b>	
Загальна кількість годин - 54		IV-й	IX-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2,5 самостійної роботи студента – 1,5	Освітньо-кваліфікаційний рівень: бакалавр	<b>Лекції</b>	
		0 год.	4 год.
		<b>Лабораторні</b>	
		34 год.	6 год.
		<b>Самостійна робота</b>	
		16 год.	36 год.
		<b>Індивідуальна робота</b>	
4 год.	8 год.		
		Вид контролю: залік	

#### Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить:  
 для денної форми навчання – 1/1,5  
 для заочної форми навчання – 1/7

## **1. Мета та завдання навчальної дисципліни**

Мета – забезпечити глибоку теоретичну і практичну підготовку студентів, формуючи у них систему професійних знань та умінь з питань організації і проведення занять зі спортивного орієнтування. Вивчення дисципліни сприяє розширенню світогляду фахівців - менеджерів з туризму, підвищує їх теоретичний рівень з питань спортивного орієнтування, стимулює самопізнання і розвиток.

Завдання:забезпечити підвищення рівня педагогічної компетентності студентів; формування у студентів наукові уявлення про сутність та структуру спортивного орієнтування; засвоєння знань з організації і проведення занять зі спортивного орієнтування; формування уявлення про види спортивного орієнтування; дати професійну характеристику спортивному орієнтування в різних ланках туристичного руху; важливим завданням фізкультурних навчальних закладів є підготовка фахівців для роботи в оздоровчо-рекреаційній сфері. “Спортивне орієнтування” покликана сформувати в студентів систему знань і умінь в організації і методики проведення масових заходів з спортивного орієнтування.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

### **знати:**

- основні терміни і поняття які відносяться до спортивного орієнтування;
- предмет, завдання та науково-методичні основи спортивного орієнтування;
- джерела інформації зі спортивного орієнтування;
- проблеми підготовки в спортивному орієнтуванні;
- провідні напрямки управління розвитком та організації спортивного орієнтування;
- основні поняття та положення курсу;

### **вміти:**

- використовувати основні поняття курсу;
- користуватись спеціальною і додатковою літературою;
- самостійно розробити план проведення заняття зі спортивного орієнтування;
- використовувати набуті професійні знання з питань організації і проведення занять зі спортивного орієнтування.

## **3. Програма навчальної дисципліни**

Змістовий модуль I. Основи орієнтування на місцевості.

Тема 1. Основні цілі та завдання спортивного орієнтування, як виду спорту.

Тема 2. Організація початкової підготовки з орієнтування.

Тема 3. Проведення практичної підготовки з орієнтування.

Змістовий модуль II. Види змагань зі спортивного орієнтування.

Тема 1. Тактика окремих видів змагань.

Тема 2. Змагання з орієнтування.

Тема 3. Орієнтування та рух по місцевості.

#### 4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістовних модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
<b>Змістовий модуль 1. Основні цілі та завдання спортивного орієнтування.</b>												
Тема 1. Основні цілі та завдання спортивного орієнтування, як виду спорту.	7	-	-	5	-	2	8	2	-	-	-	6
Тема 2. Організація початкової підготовки з орієнтування.	7	-	-	5	-	2	8	-	-	2	-	6
Тема 3. Проведення практичної підготовки з орієнтування	10	-	-	6	-	4	8	2	-	-	-	6
Разом за змістовий модуль 1	24	-	-	16	-	8	24	4	-	2	-	18
<b>Змістовий модуль 2. Види змагань зі спортивного орієнтування.</b>												
Тема 1. Тактика окремих видів змагань	8	-	-	6	-	2	6	-	-	-	-	6
Тема 2. Змагання з орієнтування.	8	-	-	6	-	2	8	-	-	2	-	6
Тема 3. Орієнтування та рух по місцевості.	10	-	-	6	-	4	8	-	-	2	-	6
Разом за змістовий модуль 2	26	-	-	18	-	8	22	-	-	4	-	18
Усього годин	50	-	-	34	-	16	46	4	-	6	-	36
ІНДЗ	4	-	-	-	4	-	8	-	-	-	8	-
Усього годин	54	-	-	34	4	16	54	4	-	6	8	36

#### 5. Теми лабораторних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денне	заочне
<b>Змістовий модуль I. Основи орієнтування на місцевості</b>			
1	Тема 1. Основні цілі та завдання спортивного орієнтування, як виду спорту	5	-
2	Тема 2. Організація початкової підготовки з орієнтування	5	2

3	Тема 3. Проведення практичної підготовки з орієнтування	6	-
Змістовий модуль II. Види змагань зі спортивного орієнтування			
1	Тема 1. Тактика окремих видів змагань	6	-
2	Тема 2. Змагання з орієнтування	6	2
3	Тема 3. Орієнтування та рух по місцевості	6	2
	Разом	34	6

## 6. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денне	заочне
Змістовий модуль I. Основи орієнтування на місцевості			
1	Тема 1. Основні цілі та завдання спортивного орієнтування, як виду спорту	2	6
2	Тема 2. Організація початкової підготовки з орієнтування	2	6
3	Тема 3. Проведення практичної підготовки з орієнтування	4	6
Змістовий модуль II. Види змагань зі спортивного орієнтування			
1	Тема 1. Тактика окремих видів змагань	2	6
2	Тема 2. Змагання з орієнтування	2	6
3	Тема 3. Орієнтування та рух по місцевості	4	6
	Разом	16	36

## 7. Індивідуальні завдання

Передбачає виконання науково-дослідницького завдання: реферат за темою, кількість сторінок 10.

1. Розробка програми дослідження і вивчення історичного розвитку спортивного орієнтування.

2. Вивчення системи підготовки і участі студентів в змаганнях зі спортивного орієнтування.

## 8. Методи навчання

Під час вивчення навчальної дисципліни використовуються такі методи навчання:

– пояснювально-ілюстративний: студентам надається матеріал (факти, оцінки, висновки) з методичної літератури у “готовому” вигляді;

– репродуктивний метод: студенти виконують завдання за певним зразком згідно інструкцій викладача (аналіз дій спортсмена на дистанції (за вибором));

– дослідницький метод: студенти самостійно вивчають літературу, джерела, статистичні дані і виконують завдання пошукового характеру (розробка тактичних дій спортсмена, моніторинг системи підготовки студентів, школярів).

## 9. Методи контролю

Поточний контроль: усне опитування, перевірка індивідуальних завдань.

Модульний контроль: усне опитування, підсумковий контроль, перевірка самостійних завдань, залік.

## 10. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточний контроль знань			Залік/іспит	Сума
Контрольний модуль 1	Контрольний модуль 2	Індивідуальне завдання	20	100
Змістовий модуль 1	Змістовий модуль 2	20		
30	30			

Розподіл балів змістовного модулю за видами робіт:

- робота на практичних заняттях – 0-10 балів;
- виконання самостійної роботи – 0-20 балів.

Індивідуальне завдання передбачає розробку програми дослідження і вивчення історичного розвитку спортивного орієнтування. Вивчення системи підготовки і участі студентів в змаганнях зі спортивного орієнтування.

Залежно від якості виконання (складність і якість виконання завдання – 1-10 балів, кількість і науковість використаних джерел – 1-5 балів, ступінь самостійності під час виконання – 1-5) студент отримує від 1 до 20 балів.

Залік передбачає підсумковий контроль знань, який відбувається у вигляді усного опитування за основними положеннями лекційного курсу.

Критерії оцінювання знань:

- 20-18 балів – послідовне, логічне, обґрунтоване викладення матеріалу;
- 18-16 балів – вміле й вивірне формулювання висновків та узагальнень;
- 16-14 балів – знання і розуміння всього програмного матеріалу в цілому;
- 14-12 балів – наявність окремих несуттєвих помилок під час відповіді;
- 12-10 балів – спрощене викладення матеріалу;
- 10-8 балів – наявність окремих суттєвих помилок під час відповіді;
- 8-6 балів – поверхневе знання і розуміння основного матеріалу;
- 6-4 балів – непослідовне викладення матеріалу, наявність істотних помилок;
- 4-2 бали – невміння робити висновки та узагальнення з програмного матеріалу;
- 2-0 балів – нерозуміння програмного матеріалу.

## Шкала оцінювання: національна та ECTS

За шкалою ECTS	За шкалою університету	За національною шкалою	
		Екзамен	Залік
A	90-100 (відмінно)	5 (відмінно)	Зараховано
B	85-89 (дуже добро)	4 (добре)	
C	75-84 (добре)		
D	70-74		

	(задовільно)	3 (задовільно)	
E	60-69 (достатньо)		
FX	35-59 (незадовільно – з можливістю повторного складання)	2 (незадовільно)	Не зараховано
F	1-34 (незадовільно – з обов'язковим повторним курсом)		

## 11. Методичне забезпечення

1. Навчальна програма [http://web-files.znu.edu.ua/bank/2013/03/11/3517\\_1363334223\\_sportivne\\_or\\_ntuvannya\\_1\\_.pdf](http://web-files.znu.edu.ua/bank/2013/03/11/3517_1363334223_sportivne_or_ntuvannya_1_.pdf)
2. Методичні матеріали для забезпечення лабораторних занять [http://web-files.znu.edu.ua/bank/2008/11/47/3517\\_1227181330\\_06\\_Metod\\_mater.pdf](http://web-files.znu.edu.ua/bank/2008/11/47/3517_1227181330_06_Metod_mater.pdf)
3. Методичні матеріали для забезпечення самостійної роботи студентів [http://web-files.znu.edu.ua/bank/2011/02/08/3517\\_1298363877\\_05\\_Samost.pdf](http://web-files.znu.edu.ua/bank/2011/02/08/3517_1298363877_05_Samost.pdf)
4. Методичні матеріали та тематика завдань для студентів заочного відділення [http://web-files.znu.edu.ua/bank/2008/11/47/3517\\_1227016950\\_04\\_06\\_Metod\\_mater.pdf](http://web-files.znu.edu.ua/bank/2008/11/47/3517_1227016950_04_06_Metod_mater.pdf)
5. Контрольні завдання та тести [http://web-files.znu.edu.ua/bank/2008/11/47/3517\\_1227017254\\_07\\_Kontr\\_zavd\\_ta\\_testi.pdf](http://web-files.znu.edu.ua/bank/2008/11/47/3517_1227017254_07_Kontr_zavd_ta_testi.pdf)
6. Перелік питань до заліку [http://web-files.znu.edu.ua/bank/2008/11/47/3517\\_1227016976\\_08\\_Putannyi\\_do\\_zaliku.pdf](http://web-files.znu.edu.ua/bank/2008/11/47/3517_1227016976_08_Putannyi_do_zaliku.pdf)

## 12. Рекомендована література

### Основна

1. Федорченко В.К. Історія туризму в Україні / В.К. Федорченко, Т.А. Дьорова. – К.: Вища школа, 2002. – 195 с.
2. Биржаков М.Б. Введение в туризм / М.Б. Биржаков. – СПб: Питер, 2002. – 320 с.
3. Квартальнов В.А. Туризм: теория и практика / В.А. Квартальнов. – М.: Финансы и статистика, 2000. – 312 с.
4. Сысоева О.Е. Организация летнего отдыха детей / О.Е. Сысоева. – М.: Владос, 1999. – 176 с.
5. Максименко С.В. Туристская деятельность: международно-правовые аспекты / С.В. Максименко. – Одесса: Латстар, 2001. – 168 с.
6. Жарков А.Д. Технология культурно-досуговой деятельности / А.Д. Жарков. – М.: Профиздат, 2002. – 287 с.
7. Каурова А.Д. Организация сферы туризма / А.Д. Каурова. – СПб.: Издательский дом Герда, 2004. – 312 с.
8. Ушаков Д.С. Технологии выездного туризма / Д.С. Ушаков. – М.: ИКЦ МарТ, 2005. – 448 с.
9. Маньшина Н.В. Путеводитель по курортам мира. 200 европейских курортов. Выпуск 1 / Н.В. Маньшина. – М.: Медси, 2004. – 286 с.

10. Афанасьев С.П. Что делать с детьми в загородном лагере / С.П. Афанасьев, С.В. Коморин, А.И. Тимонин. – Кострома: МЦ Вариант, 2001. – 220 с.
11. Бочелюк В.Й. Дозвіллезнавство / В.Й. Бочелюк, В.В. Бочелюк. – К.: Центр навчальної літератури, 2006. – 208 с.
12. Гаранин Н.И. Менеджмент туристской и гостиничной анимации / Н.И. Гаранин, И.И. Булыгина. – М.: Советский спорт, 2004. – 127 с.
13. Горшкова А. Организатору досуга молодежи / А. Горшкова. – М.: Молодая гвардия, 1994. – 160 с.

#### **Додаткова**

1. Пестерева А. Детский туризм в эпоху экономического кризиса / А. Пестерева // Турбизнес. – 2010. – №3. – С. 5-8.
2. Основы туристской деятельности / [сост. Е.И. Ильина]. – М., 2000. – 154 с.
3. Менеджмент туризма: Туризм как вид деятельности: Учебник / [под. общ. ред. В.А. Квартального]. – М.: Финансы и статистика, 2001. – 288 с.
4. Богданова С. Подарим детям каникулы / С. Богданова // Туризм: практика, проблемы, перспективы. – 2003. – №4. – С. 44-45.
5. Модельный закон Межпарламентской Ассамблеи СНГ “О детском и юношеском туризме” от 4 декабря 2004 г. №24-12. – Информационный бюллетень Межпарламентской Ассамблеи СНГ, 2005 г., №35 (2). – 77 с.
6. Андрущенко Т. Туризм – нетрадиційна форма оздоровлення / Т. Андрущенко // Дошкільне виховання. – 2007. – №7. – С. 19-20.
7. Круцевич Т.Ю. Оптимізація рухової активності дітей старшого дошкільного віку в процесі туристсько-краєзнавчої діяльності / Т.Ю. Круцевич // Гуманітарний вісник ДВНЗ Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди. – Переяслав-Хмельницький, ПП «СКД», 2008. – С. 88-90.
8. Пангелова Н.Є. Фізична підготовка дітей старшого дошкільного віку в процесі занять з елементами туризму / Н.Є. Пангелова, Д.С. Мазоха // Гуманітарний вісник ДВНЗ Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди. – Переяслав-Хмельницький, ПП «СКД», 2008. – С. 98-100.
9. Завьялова Т.П. Дошкольный туризм: проблемы, поиски, решения / Т.П. Завьялова // Физическая культура в школе. Научно-методический журнал. – 2011. – №2. – С. 24-28.
10. Куликов В.М. Школьный туризм: концепция с критическими оценками современного состояния / В.М. Куликов // Вестник детско-юношеского туризма в России. – 1997. – №3 (23). – С. 6-24.
11. Маслакова Е.А. Классификация видов детского туризма / Е.А. Маслакова // Актуальные проблемы управления-2009. 14-я Всероссийская научно-практическая конференция. – М.: ГУУ, 2009. – С. 27-35.



12. Маслакова Е.А. Концепция управления развитием детского туризма в современных экономических условиях / Е.А. Маслакова // Вестник университета (ГУУ). – 2009. – № 17. – С. 141-147.

13. Безпалько О.В. Молодь і дозвілля: Теорія, методика і практика роботи з підлітками та молоддю за місцем проживання / О.В. Безпалько, А.І. Годлевська, Г.О. Ірза, А.Й. Капська, О.Г. Карпенко. – К.: А.Л.Д., 2000. – 208 с.

14. Булыгина И.И. Об анимационной деятельности в туристских и спортивно-оздоровительных учреждениях / И.И. Булыгина, Н.И. Гаранин // Теория и практика физической культуры. – 2000. – №11. – С. 26-29.

15. Внутрішній туризм в Україні: окремі аспекти / Інститут туризму Федерації профспілок України / [О.І. Лугова (ред.)]. – К., 2002. – 162 с.

16. Даринский А.В. Культурно-массовая работа в здравницах и на турбазах / А.В. Даринский. – М.: Профиздат, 1980. – 112 с.

17. Егорычева В. Спутник: 40 лет в туризме / В. Егорычева, А. Хохлов. – М.: Новые знания, 1998. – 65 с.

18. Курило Л.В. Теория и практика анимации: Учебное пособие / Л.В. Курило. – М.: Советский спорт, 2006. – 195 с.

19. Петрова І.В. Дозвілля в зарубіжних країнах: Підруч. для студ. вищ. навч. закл. / І.В. Петрова. – К. : Кондор, 2005. – 406 с.

20. Скрипунова Е.А. О предпочтениях городской молодежи / Е.А. Скрипунова, А.А. Морозов // Социс. – 2002. – №1. – С.105-110.

### **13. Інформаційні ресурси**

1. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование: учебник для институтов физической культуры. Режим доступа: <http://www.skitalets.ru/books/metod/turiorient/>

2. Державна програма розвитку туризму на 2002-2010 роки. Режим доступу: <http://krokus.org.ua/material/matind.html>

4. Перелік класифікованих туристських спортивних маршрутів України. Режим доступу: [http://krokus.org.ua/material/perelik\\_marshrutiv.html](http://krokus.org.ua/material/perelik_marshrutiv.html)

5. Любіцева О.О. Методика розробки турів: навчальний посібник. Режим доступу: [http://tourlib.net/books\\_ukr/lubiceva\\_mrt.htm](http://tourlib.net/books_ukr/lubiceva_mrt.htm)