# ВІДКРИТИЙ МІЖНАРОДНИЙ УНІВЕРСИТЕТ РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ «УКРАЇНА»

**Хмельницький інститут соціальних технологій Кафедра фізичної терапії ерготерапії, фізичної культури і спорту**

# ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Хмельницького інституту соціальних технологій Університету „Україна”

М. Є. Чайковський

„ 24” 06 2021 р.

# РОБОЧА ПРОГРАМА ПРАКТИКИ

**ПР 2. Практика зі спортивного туризму та орієнтування**

(шифр і назва навчальної дисципліни)

освітня програма Фізична культура і спорт

(назва освітньої програми)

освітнього рівня бакалавр

(назва освітнього рівня)

галузь знань 01 Освіта / Педагогіка

(шифр і назва галузі знань)

Спеціальність(ності) 017 Фізична культура і спорт

(шифр і назва спеціальності(тей))

Спеціалізація(ї)

(назва спеціалізації)

інститут, філія, факультет, коледж Хмельницький інститут соціальних технологій

(назва навчально-виховного підрозділу)

Обсяг, кредитів: 180/6

Форма підсумкового контролю: д. залік

# Хмельницький 2021 рік

**Робоча програма** Практика зі спортивного туризму та орієнтування для студентів за галуззю знань 01 „ Освіта / Педагогіка ”, спеціальністю 017 „Фізична культура і спорт

„24” червня 2021 року – 22 с.

# Розробник:

Кравчук Людмила Степанівна – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури і спорту Хмельницького інституту соціальних технологій, кандидат педагогічних наук, доцент.

(вказати авторів, їхні посади, навчально-виховний підрозділ, кафедру, наукові ступені та вчені звання)

# Керівник практики:

Савчук Олег Ігорович – викладач кафедри фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури і спорту Хмельницького інституту соціальних технологій

(вказати всіх викладачів, які працюють за даною програмою, їхні посади, навчально-виховний підрозділ, кафедру, наукові ступені та вчені звання)

# Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні кафедри психології та соціальної роботи

Протокол від „24” червня 2021 року № 12

Завідувач кафедри

фізичної терапії, ерготерапії,

фізичної культури і спорту

Л. С. Кравчук

„24” червня 2021 року

(підпис) (прізвище та ініціали)

Робочу програму погоджено з гарантом освітньо-професійної програми (керівником проектної групи) Фізична культура і спорт

(назва освітньої програми)

„24” червня 2021 року

Гарант освітньої-професійної

програми (керівник проектної групи) Л.С. Кравчук

(підпис) (прізвище та ініціали)

# ПРОЛОНГАЦІЯ РОБОЧОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Навчальний рік | 2020/2021 | 20 /20 | 20 /20 | 20 /20 |
| Дата засідання кафедри | 24.06.2021 р. |  |  |  |
| № протоколу | №12 |  |  |  |
| Підпис завідувача кафедри |  |  |  |  |
|  | | | | |

Матеріали до курсу розміщені на сайті Інтернет-підтримки навчального процесу [https://vo.uu.edu.ua/](http://vo.uu.edu.ua/) за адресою:

<https://vo.uu.edu.ua/course/view.php?id=15041>

(вказати адресу)

# Робочу програму перевірено

Заступник директора

з навчально-виховної роботи Хмельницького інституту

соціальних технологій \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н. І. Луцкевич

(підпис) (прізвище та ініціали)

# ЗМІСТ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | ОПИС ПРОГРАМИ ПРАКТИКИ………………………………...…….. | 5 |
| 2. | МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ПРАКТИКИ……………………..……………. | 6 |
| 3. | РЕЗУЛЬТАТИ ПРОХОДЖЕННЯ ПРАКТИКИ, ВІДПОВІДНІСТЬ ПРОГРАМНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ТА РЕЗУЛЬТАТІВ ПРАКТИКИ КОМПОНЕНТАМ ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ………..….... | 6 |
| 4. | ПРОГРАМА ПРАКТИКИ…………………….……………………….... | 8 |
| 4.1. | Анотація практики…………………………………………………….… | 8 |
| 4.2. | Тематичний план практики……………………………………………... | 11 |
| 4.3. | Форми реалізації завдань практики…………………………………….. | 14 |
| *4.3.1.* | *Індивідуальні завдання*…...……...……………………………………… | 14 |
| *4.3.2.* | *Індивідуальна навчально-дослідна робота* ………..………..…………. | 14 |
| *4.3.3.* | *Завдання для самостійної роботи студентів*………………………… | 15 |
| 5. | ЗМІСТ ПРАКТИКИ……………………..………………………………. | 15 |
| 5.1. | Етапи проходження практики…………………………………………... | 15 |
| 5.2. | Керівництво практикою……………………..…………………………... | 16 |
| 5.3. | Форми і методи контролю практики……………..……………………. | 17 |
| 5.4. | Вимоги до звітної документації за результатами практики…………... | 19 |
| 6. | СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ ДОСЯГНЕНЬ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗА РЕЗУЛЬТАТАМИ ПРАКТИКИ………………………….. | 19 |
| 6.1 | Загальні критерії оцінювання досягнень студентів за результатами  проходження практики……………………………………….…………. | 19 |
| 6.2. | Система оцінювання роботи студентів упродовж проходження  практики………………………………………………………………….. | 20 |
| 6.3. | Загальна оцінка з дисципліни: шкала оцінювання національна та ECTS.. | 21 |
| 7. | МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ………………………………………. | 21 |
| 7.1. | Рекомендована література………………………………………………. | 21 |
| 7.2. | Інформаційні ресурси…………………………………………………… | 22 |
| 8. | МАТЕРІАЛЬНО-ТЕХНІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ………………………. | 22 |

1. **ОПИС ПРОГРАМИ ПРАКТИКИ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Найменування показників** | **Галузь знань, спеціальність,**  **спеціалізація, освітній ступінь** | **денна форма навчання** | **заочна форма навчання** |
| Загальний обсяг кредитів – 6 | **Галузь знань:**  01 Освіта / Педагогіка | **Вид практики**  Практика зі спортивного туризму та орієнтування | |
| **Спеціальність:**  017 Фізична культура і спорт |
| Модулів – 1 | **Спеціалізація** | **Рік підготовки:** | |
| 2-й | 2-й |
| Змістових модулів – 3 |
| Загальний обсяг годин  – 180 | **Мова проходження практики та оцінювання:** українська | **Семестр** | |
| 4-й | 4-й |
| Тижневих годин для денної форми навчання: *45* год. | Освітній ступінь: ***бакалавр*** | **Вид контролю:**  *д.залік* | |

# МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ПРАКТИКИ

Мета – практики є застосування різних форм організації занять фізичними вправами, оволодіння професійним досвідом в галузі оздоровчого та спортивного туризму.

Завдання:

1. Фахове спрямування практичних навичок та вмінь щодо туристичної роботи; користування туристичним спорядженням.
2. Вдосконалення техніки подолання різних природних перешкод; організація командної страховки та самостраховки.
3. Розвиток морально-вольових якостей.

Після проходження практики студенти складають залікову документацію.

Підсумком проходження навчальної ознайомчої практики є диференційний залік.

# РЕЗУЛЬТАТИ ПРОХОДЖЕННЯ ПРАКТИКИ, ВІДПОВІДНІСТЬ ПРОГРАМНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ТА РЕЗУЛЬТАТІВ ПРАКТИКИ

**КОМПОНЕНТАМ ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ**

В результаті проходження навчальної практики за профілем майбутньої професії студент повинен **знати:**

* різні форми організації занять фізичними вправами;
* популярні види рухової активності оздоровчої спрямованості;
* різні види природних перешкод та способи їх подолання.

# уміти:

* застосовувати теоретичні знання на практиці;
* організовувати різні туристичні заходи;
* долати природні перешкоди з використанням туристичного спорядження.

# Список відповідності загальних програмних компетентностей компонентам освітньої програми

Згідно із Законом України “Про вищу освіту” компетентність – динамічна комбінація знань, умінь і практичних навичок, способів мислення, професійних, світоглядних і громадянських якостей, морально-етичних цінностей, яка визначає здатність особи успішно здійснювати професійну та подальшу навчальну діяльність і є результатом навчання на певному рівні вищої освіти.

У результаті проходження навчальної практики за профілем майбутньої професії практики студент повинен набути з-поміж **загальних компетентностей** наступні:

ЗК 1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. ЗК 4. Здатність працювати в команді.

ЗК 5. Здатність планувати та управляти часом. ЗК 9. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК 10. Здатність бути критичним і самокритичним.

ЗК 11. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях

# З-поміж спеціальних (фахових, предметних) компетентностей такі:

СК 1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.

СК 2. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.

СК 7. Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.

СК 8. Здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини.

СК 9. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.

СК 10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.

СК 11. Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.

СК 12. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.

СК 13. Здатність застосовувати сучасні технології управління суб’єктами сфери фізичної культури і спорту.

СК 14. Здатність до безперервного професійного розвитку.

Оволодіння всією сукупністю згаданих компетентностей забезпечує наступні **програмні результати навчання,** що визначають нормативний зміст підготовки майбутнього фахівця сфери фізичної культури і спорту:

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

РН 5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати і представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

РН 10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.

РН 13. Використовувати засвоєні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

РН 21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв’язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

# ПРОГРАМА ПРАКТИКИ

* + 1. ***Анотація практики***

Практика зі спортивного туризму та орієнтування важливе прикладне значення. Знання організації та проведення спортивно-туристичних та туристсько-краєзнавчих заходів часто застосовуються при виконанні професійних обов’язків.

Практика є невід’ємною складовою професійної підготовки здобувачів вищої освіти, які навчаються за спеціальністю «Фізична культура і спорт». Вона спрямована на закріплення теоретичних знань, які вони отримують у процесі навчання, набуття і удосконалення практичних навичок і умінь, є зв’язуючою ланкою між теоретичним навчанням майбутніх фахівців у сфері фізичної культури і спорту, їх самостійною роботою у закладах сфери фізичної культури і спорту.

Практика дає можливість застосувати на практиці отримані знання, вміння та навички з літніх видів рухової активності на прикладі туристичної роботи.

Перший тиждень практики студенти практикують наведення та проходження різноманітних переправ для подолання природних перешкод.

Другий тиждень практики – багатоденний туристичний похід.

Під час проходження практики зі спортивного туризму та орієнтування студенти готують матеріали для звіту та заповнюють щоденник практики.

Практика зі спортивного туризму та орієнтування в перший тиждень проводиться на місцевості для подолання умовних природних перешкод з використанням туристичного спорядження.

Керівником практики з зі спортивного туризму та орієнтування призначається викладач кафедри фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури і спорту.

Робоча програма практики зі спортивного туризму та орієнтування є нормативним документом ХІСТ Університету «Україна», який розроблено на кафедрі фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури і спорту відповідно до освітньо-професійної програми підготовки фахівця першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю 017 „Фізична культура і спорт”.

Практика зі спортивного туризму та орієнтування передбачена навчальним планом на 2 курсі, та є складовою частиною практичної підготовки студентів спеціальності 017 „Фізична культура і спорт”.

Програма практики зі спортивного туризму та орієнтування скрадається з таких **змістових модулів:**

***Змістовий модуль 1.***

# Організаційно-методичний етап практики зі спортивного туризму та орієнтування майбутнього фахівця з фізичної культури і спорту

**Тема 1. Настановча конференція проходження практики зі спортивного туризму та орієнтування.**

Знайомство студентів з програмою практики зі спортивного туризму та орієнтування. Розподіл студентів по бригадах, закріплення керівників груп і баз проходження практики.

# Тема 2. Правила ведення щоденнику практики та оформлення звітної документації.

Вимоги до оформлення індивідуального календарного плану роботи на період практики зі спортивного туризму та орієнтування. Направлення на практику. Щоденник практики: правила його оформлення та ведення записів. Звіт про підсумки практики зі спортивного туризму та орієнтування. Відгук керівника практики. Допоміжні матеріали.

***Змістовий модуль 2.***

# Методичний прийом наведення та подолання природних перешкод за допомогою наступних переправ

**Тема 3. Наведення та проходження навісної переправи.**

*Місце проведення:* 1. Хмельницький центр ДЮСШ у Хмельницькій області, Хмельницька ДЮСШ №1, Хмельницька ДЮСШ №1 «Буревісник», ДЮСШ за вибором студента з мережі баз практик, чи за місцем проживання (студент центрований підхід)

*Мета:* ознайомитись із основними напрямами роботи ДЮСШ; формами і видами роботи із спортсменами різних видів спорту; формами і методами роботи у спортивних секціях.

# Тема 4. Наведення та проходження круто похилої переправи.

*Місце проведення:* 1. Хмельницький центр ДЮСШ у Хмельницькій області, Хмельницька ДЮСШ №1, Хмельницька ДЮСШ №1 «Буревісник», ДЮСШ за вибором студента з мережі баз практик, чи за місцем проживання (студент центрований підхід)

*Мета:* надання допомоги в організації та проведенні спортивних та фізкультурно-оздоровчих заходів під час практики. Проведення бесіди з фізичного виховання та спорту в закріпленій групі.

# Тема 5. Наведення та проходження переправи «паралельні мотузки». Наведення та проходження переправи по колоді.

*Місце проведення:* 1. Хмельницький центр ДЮСШ у Хмельницькій області, Хмельницька ДЮСШ №1, Хмельницька ДЮСШ №1 «Буревісник»,

ДЮСШ за вибором студента з мережі баз практик, чи за місцем проживання (студент центрований підхід)

*Мета:* надання допомоги в організації та проведенні спортивних та фізкультурно-оздоровчих заходів під час практики стосовно врахування хронометражу під час проведення тренувального заняття. Проведення бесіди з фізичного виховання та спорту в закріпленій групі.

# Тема 6. Наведення та проходження переправи «Вертикальний маятник». Наведення та проходження переправи «Горизонтальний маятник».

*Місце проведення:* 1. Хмельницький центр ДЮСШ у Хмельницькій області, Хмельницька ДЮСШ №1, Хмельницька ДЮСШ №1 «Буревісник», ДЮСШ за вибором студента з мережі баз практик, чи за місцем проживання (студент центрований підхід)

*Мета:* проведення студентом, в якості помічника, підготовчої та заключної частин навчально-тренувального заняття.

# Тема 7. Підйом по схилу спортивним способом. Наведення

**переправи та подолання спуску способом дюльфера. Наведення переправи та подолання річки вбрід. Туристичний похід.**

*Місце проведення:* 1. Хмельницький центр ДЮСШ у Хмельницькій області, Хмельницька ДЮСШ №1, Хмельницька ДЮСШ №1 «Буревісник», ДЮСШ за вибором студента з мережі баз практик, чи за місцем проживання (студент центрований підхід)

*Мета:* навчитися вести облік поточної і підсумкової успішності тренувального процесу і змагальної діяльності.

***Змістовий модуль 3.***

# Підсумкова-аналітична діяльність студента спеціальності 017

**„Фізична культура і спорт” за результатами проходження практики зі спортивного туризму та орієнтування.**

# Тема 8. Підсумкова конференція за результатами практики зі спортивного туризму та орієнтування.

Підсумки практики проводять на звітній конференції студентів 1 курсу. Присутність всіх студентів та методистів обов’язкова. Методисти готують виступ, де висвітлюють підсумки проходження практики зі спортивного туризму та орієнтування, її значення та пропозиції. Результати практики зі спортивного туризму та орієнтування, відображаються в отриманні студентами диференційного заліку, який враховує оцінки з усіх видів роботи. В загальну оцінку з практики зі спортивного туризму в ДЮСШ входить: виконання завдання з методики спортивного тренування; проведення профорієнтаційної роботи з дітьми випускних класів.

Загальна оцінка виводиться в результаті обговорення та погодженості думок тренера з виду спорту, методиста та керівника навчальної практики.

Студентам, які не приступили або не виконали програму практики з поважної причини при наявності офіційного документу, практика за подовжується на відповідний час без відриву від роботи або навчальних занять в університеті. Її тривалість визначена навчальним планом і складає 3 тижні у 3 семестрі, загальна тривалість практики – 180 годин, що відповідає 6 кредитам ЄКТС. Студенти, які не пройшли практику, не переводяться на наступний курс і відраховуються з інституту. Пропозиції щодо покращення та вдосконалення проведення практики. Конкретний час проведення практики визначається наказом Університету.

Підсумком проходження практики є диференційований залік.

# Дисципліни, вивчення яких обов’язково передує цій дисципліні:

Біомеханіка, Теорія та методика фізичного виховання, Фізіологія людини.

# Тематичний план практики

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Назви змістових модулів і видів робіт | Денна форма | | | | | Заочна форма | | | | | Форми та методи контролю знань |
| усього | у тому числі | | | | усього | у тому числі | | | |
| Під керівництвом керівника від ЗВО | В присутності керівника від бази практики | Консультації | Без участі керівника | Під керівництвом керівника від ЗВО | В присутності керівника від бази практики | Консультації | Без участі керівника |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| **Змістовий модуль 1.**  **Організаційно-методичний етап практики зі спортивного туризму та орієнтування**  **майбутнього фахівця з фізичної культури і спорту** | | | | | | | | | | | |
| **Тема 1.** Настановча конференція з практики | 10 | 2 | – | – | 8 | 18 | 2 | – | – | 16 | **СР:** складання календарного графіку проходження практики та його узгодження з керівником практики і  психологом установи. |
| **Тема 2.** Правила ведення щоденнику практики та  оформлення звітної документації | 10 | 2 | – | 2 | 6 | 18 | – | – | 2 | 16 | **СР:** вивчення методичних рекомендацій до розходження практики |
| **Разом за**  **змістовим модулем 1** | **20** | **4** | **–** | **2** | **14** | **36** | **2** | **–** | **2** | **32** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Змістовий модуль 2. Методичний прийом наведення та подолання природних перешкод за допомогою наступних переправ** | | | | | | | | | | | |
| **Тема 3. .**  Наведення та проходження навісної переправи. | 26 | 4 | 10 | – | 12 | 18 | – | 2 | – | 16 | **СР:** Внесення запису до щоденника практики |
| **Тема 4.** Наведення та проходження круто похилої переправи. | 26 | 4 | 10 | – | 12 | 18 | – | 2 | – | 16 | **СР:** Внесення запису до щоденника практики |
| **Тема 5.** Наведення та проходження переправи  «паралельні мотузки».  Наведення та проходження переправи по колоді. | 26 | 4 | 10 | – | 12 | 34 | – | 2 | – | 32 | **СР:** внесення запису до щоденника практики |
| **Тема 6.** Наведення та проходження переправи  «Вертикальний маятник».  Наведення та проходження переправи  «Горизонтальний маятник». | 26 | 4 | 10 | – | 12 | 18 | – | 2 | – | 16 | **СР:** Внесення запису до щоденника практики |
| **Тема 7.**  Підйом по схилу спортивним способом.  Наведення переправи та подолання спуску способом дюльфера.  Наведення переправи та подолання річки вбрід.  Туристичний похід. | 26 | 4 | 10 | – | 12 | 18 | – | 2 | – | 16 | **СР:** Внесення запису до щоденника практики |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разом за**  **змістовим модулем 2** | **130** | **20** | **50** | **–** | **60** | **106** | **–** | **10** | **–** | **96** |  |
| **Змістовий модуль 3.**  **Підсумкова-аналітична діяльність студента спеціальності 017 „Фізична культура і спорт” за результатами проходження практики зі спортивного туризму та орієнтування.** | | | | | | | | | | | |
| **Тема 8.**  Підсумкова конференція за результатами практики зі спортивного туризму та  орієнтування | 24 | 2 | – | – | 22 | 32 | 2 | – | – | 30 | **СР:** Оформлення звітної документації практики |
| **Разом за**  **змістовим модулем 3** | **24** | **2** | **–** | **–** | **22** | **32** | **2** | **–** | **–** | **30** |  |
| **ІДНЗ** | **6** | **–** | **–** | **–** | **6** | **6** | **–** | **–** | **–** | **6** | Презентація діяльності однієї з установ, організації (за вибором), яку  відвідав студент |
| **Усього годин** | **180** | **26** | **50** | **2** | **102** | **180** | **4** | **10** | **2** | **164** |  |

* + 1. **Форми реалізації завдань практики**
       1. ***Індивідуальні завдання***

Під час цієї практики студенти повинні виконати наступні індивідуальні завдання**:**

1. Ознайомлення з організаційно-методичною роботою (документацією) соціального працівника, що ділиться на п'ять категорій:

* нормативно-правову (закони України, постанови Верховної Ради України, Кабінету Міністрів України, накази, розпорядження, Положення Міністерства освіти і науки України, управлінь (відділів) освіти і науки місцевих державних адміністрацій щодо діяльності психологічної служби системи освіти України);
* навчально-методичну (підручники, навчально-методичні посібники, збірники методичних рекомендацій, навчальні програми (плани), фахові періодичні видання тощо);
* довідково-інформаційну (матеріали науково-практичних конференцій, семінарів, нарад, тематичні проспекти (буклети), доповіді, навчально-тематичні плани роботи з клієнтами, тощо);
* обліково-статистичну (плани роботи соціального працівника (соціального педагога) на рік (місяць), форми статистичної звітності встановленого зразка тощо);
* для службового використання (індивідуальні картки, журнали індивідуальних консультацій тощо).

1. Фото-звіт з інформацією про проходження ознайомчої практики з кожної бази практики.
   * + 1. ***Індивідуальна навчально-дослідна робота***

1.Оформити похідну і маршрутну документацію:

1. Орієнтування на місцевості за допомогою карти, компасу, за місцевими ознаками та природними ознаками.
2. Визначення сторін світу за місцевими ознаками, годинником і сонцем.
3. Визначення азимут і рух ним.
4. Побудова тактики подолання складних ділянок маршруту, характеристика перешкод, засобів страхування.
5. Організовують усі види переправ через річку.
6. Організовують командну страховку та самостраховку під час проходження навісної переправи.
7. Організовують усі види переправ через яр.
8. Організовують командну страховку та самостраховку під час проходження переправи «паралельні мотузки».
9. Відпрацьовують тактику проходження круто похилої переправи.
10. Організовують командну страховку та самостраховку під час проходження круто похилої переправи.
11. Удосконалюють тактику подолання схилу маршруту.
12. Організовують командну страховку та самостраховку під час руху траверсом.
13. Удосконалюють тактику подолання заболоченої місцевості.
14. Удосконалюють тактику подолання скельної ділянки маршруту.
    * + 1. ***Завдання для самостійної роботи***
15. Складання календарного графіку проходження практики та його узгодження з керівником практики.
16. Практикують наведення та проходження туристичних переправ при подоланні локальних перешкод.
17. Вдосконалюють техніку організації страховки та самостраховки учасника на переправі.
18. Уточнюють задачі походу;
19. Складають нитку маршруту; оформлюють маршрутну документацію;
20. Підготовка спорядження та одягу, а саме: особистого – рюкзак, спальний мішок, туристичний килимок, система страховки, посуд (тарілка, ложка, чашка, ножик), засоби особистої гігієни, змінний одяг; групового – палатка, котли, сокира, пилка; спеціального – мотузки, карабіни, спускові пристрої, компаси тощо; підбору спеціального одягу для походу;
21. Проводять розподіл обов’язків у групі під час походу;
22. Складають список та проводять закупівлю продуктів для туристичного походу;
23. Складають меню харчування в поході;
24. Приготування їжі на вогнищі в польових умовах;
25. Закріплюють тактику подолання природних перешкод;
26. Обговорюють способи страховки та самостраховки під час подолання локальних перешкод;
27. Планують вибір безпечного шляху та порядку руху на маршруті;
28. Складають порядок дії в разі виникнення екстремальної ситуації;
29. Вдосконалюють основи топографії та орієнтування на місцевості за картою і компасом; за місцевими ознаками; за природними орієнтирами;
30. Ведуть пізнавальну краєзнавчу роботу на маршруті та привалах – ведення записів, спостережень, відео - та фотозйомки, бесіди з місцевим населенням
31. Ознайомлення з основними відомчими нормативно-правовими актами, які регламентують діяльність соціального працівника в установі (організації).
32. Присутність під час проведення бесід, консультування різних категорій клієнтів.
33. Систематичне внесення записів до щоденнику практики.
34. Аналіз ефективності проходження практики студентами, розробка пропозицій щодо вдосконалення її проведення.
35. Оформлення звітної документації практики.

# 5. ЗМІСТ ПРАКТИКИ

* 1. **Етапи проходження практики**

Практика зі спортивного туризму та орієнтування практика студентів спеціальності 017 „Фізична культура і спорт» робота складається з трьох основних етапів:

1. *організаційний*:
   * настановча конференція;
   * знайомство студентів з програмою практики;
   * опрацювання студентами необхідного теоретичного матеріалу;
   * розподіл студентів по групах, закріплення баз проходження практики;
   * складання календарного графіку проходження практики;
   * ознайомлення з правилами ведення звітної документації.
2. *основний*:
   * практикують наведення та проходження туристичних переправ при подоланні локальних перешкод;
   * вдосконалюють техніку організації страховки та самостраховки учасника на переправі;
   * уточнюють задачі походу;
   * складають нитку маршруту; оформлюють маршрутну документацію;
   * підготовка спорядження та одягу, а саме: особистого – рюкзак, спальний мішок, туристичний килимок, система страховки, посуд (тарілка, ложка, чашка, ножик), засоби особистої гігієни, змінний одяг; групового – палатка, котли, сокира, пилка; спеціального – мотузки, карабіни, спускові пристрої, компаси тощо; підбору спеціального одягу для походу;
   * проводять розподіл обов’язків у групі під час походу;
   * складають список та проводять закупівлю продуктів для туристичного походу;
   * складають меню харчування в поході;
   * приготування їжі на вогнищі в польових умовах;
   * закріплюють тактику подолання природних перешкод;
   * обговорюють способи страховки та самостраховки під час подолання локальних перешкод;
   * планують вибір безпечного шляху та порядку руху на маршруті;
   * складають порядок дії в разі виникнення екстремальної ситуації;
   * вдосконалюють основи топографії та орієнтування на місцевості за картою і компасом; за місцевими ознаками; за природними орієнтирами;
   * ведуть пізнавальну краєзнавчу роботу на маршруті та привалах – ведення записів, спостережень, відео - та фотозйомки, бесіди з місцевим населенням
   * систематичне внесення записів до щоденнику практики.
3. *підсумковий:*
   * оформлення щоденника практики та подання його на затвердження керівнику від бази практики та керівнику від ЗВО для отримання характеристика практиканта;
   * оформлення звіту практики з спортивного туризму та орієнтування.
   * аналіз ефективності практики і пропозиції по удосконаленню її проведення;
   * презентації діяльності однієї з установ, організації (за вибором), яку відвідав студент.

# Керівництво практикою

Керівництво практикою з спортивного туризму та орієнтування здійснюють керівники практики від закладу вищої освіти (кафедри), а також від баз практики. Кафедра: визначає керівника практики від ЗВО із кола своїх викладачів; організовує роботу по визначенню місць практики; проводить збори студентів для попереднього ознайомлення їх з програмою практики та переліком питань, які необхідно вирішити до початку практики; надає інформацію студентам про особливості практики і перелік баз, з якими інститут вже уклав угоди про проведення практики; збирає від студентів пропозиції відносно організацій та установ для практики; приймає листи від баз практики з запрошенням конкретних студентів на практику і приймає рішення по них.

Головне завдання керівника практики від ЗВО – організувати процедуру проходження практики при безумовному досягненні цілей і задач практики, взаємодіяти зі студентами і керівниками баз практики, контролювати прийом звітів і заліків по практиці.

# Основними обов'язками керівника практики від закладу вищої освіти є:

1. Забезпечити практикантів скеруванням на практику.
2. Спільно з керівником від бази практики забезпечити зустріч практикантів з керівництвом бази практики.
3. Ознайомити студентів з метою та завданнями практики.
4. Ознайомити студентів з правилами ведення документації.
5. Допомогти укласти індивідуальний план практикантів, затвердити його та контролювати виконання.
6. Проводити індивідуальні та групові консультації.
7. Контролювати хід практики.
8. Оцінити роботу студентів на практиці.
9. Взяти участь у настановній та підсумковій конференціях з питань практики.
10. Подати письмовий звіт про керівництво практикою.

Керівником бази практики наказом визначаються, як правило, висококваліфіковані спеціалісти середньої ланки (завідувач відділів, провідні спеціалісти).

Керівник бази практики, керуючись угодою між організацією чи закладом й закладом вищої освіти та направленням студента на практику, зобов’язаний прийняти студента на практику наказом, в якому буде вказано термін практики, підрозділи, в яких студент буде проходити практику, посаду практиканта та керівника від бази практики.

Основними **обов'язками керівника від бази практики** є:

1. Спільно з керівником практики від навчального закладу забезпечити зустріч практикантів з керівництвом бази практики.
2. Ознайомити студентів-практикантів з базою практики.
3. Ознайомити студентів-практикантів з правилами техніки безпеки та протипожежної безпеки на робочому місці.
4. Проводити індивідуальні та групові консультації.
5. Контролювати хід практики.
6. Оцінити роботу студентів на практиці, їхню готовність до професійної діяльності.
7. Підготовити характеристику на студента-практиканта.
8. Взяти участь у настановній та підсумковій конференціях з питань практики.

Під час проходження практики студенти-практиканти повинні суворо дотримуватися правил внутрішнього розпорядку бази практики. Кожен студент отримує завдання, які повинен вчасно та якісно виконати і оформити відповідно до вимог.

Основними **обов'язками студентів-практикантів** є:

1. Розпочати і завершити практику у визначений термін.
2. Перебувати на базі практики не менше ніж це передбачено навчальним планом.
3. Якісно виконувати усю роботу, передбачену програмою практики. Невиконання хоча б одного пункту програми є підставою для неатестації студента-практиканта.
4. Дотримуватися правил внутрішнього розпорядку бази практики.
5. Виконувати розпорядження адміністрації бази практики та керівників практики.
6. Дотримуватися норм поведінки.
7. Дотримуватися положень етичного кодексу.
8. Вчасно оформити документацію.
9. Захистити звіт по практиці на підсумковій конференції.

Після завершення практики на кафедрі проводиться підсумкова конференція.

# Форми і методи контролю практики

Студенти під час практики з спортивного туризму та орієнтування щодня ведуть щоденники спостережень. У них повинні бути відображені дані, необхідні для виконання завдань, передбачених програмою практики. Матеріали щоденника використовуються для звіту про виконану на практиці роботу. По закінченні практики студенти представляють керівникові практики: щоденник практики; звіт про виконану роботу, якому містяться: індивідуальний план- графік проходження практики, пропозиції студента щодо поліпшення організації роботи в установі, а також індивідуальну програму практики; характеристика керівника бази практики, завірена печаткою установи.

Проміжна атестація включає в себе контроль керівником практики ступеня виконання індивідуальних завдань та самостійної роботи в рамках програми практики.

Підсумковий контроль за результатами проходження практики здійснюється у формі диференційованого заліку з виставленням оцінки за результатами роботи.

Контроль проходження практики і проміжну атестацію, а також консультаційну, практичну роботу на кожному етапі програми проходження практики студентом здійснює керівник практики від ЗВО.

Керівники від бази практики контролюють перебування студентів на базах практики (згідно графіку), дотримання ними плану роботи, наявність необхідної документації, якість виконаної роботи, ставлення до своїх обов'язків та дисциплінованість.

На звітній конференції у формі виступів студентів аналізуються та обговорюються цікаві знахідки, нові форми роботи і аналіз її ефективності у професійному зростанні. Акцентується увага на практичному значенні виконаних завдань, висловлюються зауваження та пропозиції щодо змісту та організації практики, удосконаленні її програми.

# Вимоги до звітної документації за результатами практики

Після закінчення терміну практики студенти звітують про виконання програми та індивідуально-дослідного завдання. Звіт про проходження практики оформляється кожним студентом окремо з такими структурними елементами:

1. Оформлений **щоденник практики**, в якому мають бути присутні графік відвідування практики, нотатки про виконання завдань; а також характеристика- відгук за підписом керівника від бази практики з печаткою організації, а також відгук з оцінкою керівника практики від ЗВО.
2. **Звіт** за результатами проходження практики:
   * титульний лист (оформлюється за правилами курсових робіт);
   * вступ (містить мету та завдання практики);
   * самозвіт про виконання індивідуального плану практики;
   * висновки (з зазначенням труднощів, що виникали під час проходження практики та особливо вдалих моментів, самоаналізом набутих під час практики знань, умінь та навичок, пропозицій та побажань щодо організації практики).
   * додатки, які ілюструють нормативно-правову основу діяльності установи та її працівників, в якій студент проходив практику (положення про діяльність чи статут установи, посадові інструкції працівників установи, фото та ін.).
3. Виконане та оформлене індивідуальне навчально-дослідне завдання за результатами практики.

# СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ ДОСЯГНЕНЬ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗА РЕЗУЛЬТАТАМИ ПРАКТИКИ

Практика зі спортивного туризму та орієнтування практика оцінюється за модульно-рейтинговою системою. Вона складається з 3 змістових модулів.

Результати навчальної діяльності студентів оцінюються за 100 бальною шкалою.

Після завершення практики студенти-практиканти здають керівникам від ЗВО всі звітні документи для їх попередньої оцінки. Упродовж тижня після завершення практики на кафедрі психології відбувається підсумкова конференція, на якій студенти перед комісією захищають матеріали практики. Комісія призначається завідувачем кафедри і складається з провідного спеціаліста даного напрямку (голова комісії) одного керівника від ЗВО та одного

– від бази практики (при можливості). На конференції присутні всі студенти- практиканти.

Для підведення підсумків практики та кінцевої оцінки роботи студентів- практикантів керівники практики інформують комісію про фактичні терміни початку та завершення роботи, склад групи студентів, які пройшли практику, їх дисципліну, а також з інших питань організації та проведення практики. До захисту практики допускаються студенти, які повністю виконали завдання програми практики та вчасно оформили звітну документацію.

При кінцевій оцінці результатів практики враховується попередня оцінка керівників практики від ЗВО та бази практики, результати захисту та характеристика на студента-практиканта.

# Загальні критерії оцінювання навчальних досягнень студентів

|  |  |
| --- | --- |
| **Оцінка** | **Критерії оцінювання** |
| ***„відмінно”*** | Творче використання теоретичних знань у реалізації та практичних завдань. Прагнення до отримання професійних навичок. 3. Активна участь у житті колективу. Повне виконання вимог керівника практики. Відсутність запізнень і пропусків, порушень техніки безпеки та трудової дисципліни. Високий рівень виконання програми практики. Висока оцінка отримана за місцем проходження практики. Своєчасно виконаний, акуратно і правильно оформлений пакет звітних документів. Активна участь  у підсумковій конференції. |
| ***„добре”*** | Використання теоретичних знань у реалізації практичних завдань. Прагнення до отримання професійних навичок. Посильна участь у житті професійного колективу. Виконання вимог керівника практики в міру можливості. Відсутність запізнень і пропусків занять, порушень техніки безпеки та трудової дисципліни. Високий рівень виконання програми практики. Позитивна оцінка, отримана за місцем проходження практики. Своєчасно виконаний, акуратно і правильно оформлений пакет звітних документів з  незначними зауваженнями. Участь в підсумковій конференції. |

|  |  |
| --- | --- |
| ***„задовільно”*** | Недостатнє використання теоретичних знань у реалізації практичних завдань. Недостатнє прагнення до отримання професійних навичок. Посильна участь у житті колективу. Виконання вимог керівника від бази практики в міру можливості. Часті запізнення (1-3 рази) і пропуски занять (1-2 рази) за час проходження практики без поважної причини. Задовільний рівень виконання програми практики. Задовільна оцінка, отримана за місцем проходження практики. Своєчасно виконаний, акуратно оформлений пакет звітних документів з незначними  зауваженнями. Участь в підсумковій конференції. |
| ***„незадовільно”*** | Відсутність спроб до використання теоретичних знань у реалізації практичних завдань. Відсутність прагнення до отримання професійних навичок. Байдуже ставлення до життя колективу. 4. Ігнорування вимог керівника практики. Часті запізнення (4 і більше разів) і пропуски занять (4 і більше разів) за час проходження практики без поважної причини. Не виконання програми практики, її цілей і завдань. Грубі порушення якості та строків надання звітних документів. Відсутність на підсумковій  конференції. |

* 1. **Система оцінювання роботи студентів за результатами проходження практики**

Оцінка практики складається з 3-х складових – змісту звітної документації (щоденник, звіт), характеристики (оцінки керівника від бази практики), оцінки захисту практики.

Результати практики оцінюються за 100-бальною шкалою. Підсумкова оцінка визначається, виходячи з кількості набраних балів і їхніх ваг, що наведені у таблиці.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ з/п** | **Види робіт** | **Максимальна кількість балів** |
| 1 | Систематичне ведення щоденника практики | 5 |
| 2 | Виконання індивідуальних завдань та завдань для самостійної роботи | 10 |
| 3 | Виконання ІНДЗ | 10 |
| 4 | Наявність позитивного відгуку з бази практики | 10 |
| 5 | Оформлення та здача звіту про проходження практики | 20 |
| 6 | Захист практики на звітній конференції | 40 |
| **Разом** | | **100** |

# Загальна оцінка з дисципліни: шкала оцінювання національна та

**ECTS**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Оцінка за 100- бальною системою** | | **Оцінка за національною шкалою** | **Оцінка за шкалою ECTS** | |
| **д. залік** |
| **90 – 100** | *відмінно* | **5** | **A** | *відмінно* |
| **82 – 89** | *добре* | **4** | **B** | *добре (дуже добре)* |
| **75 – 81** | *добре* | **4** | **C** | *добре* |
| **64 – 74** | *задовільно* | **3** | **D** | *задовільно* |
| **60 – 63** | *задовільно* | **3** | **Е** | *задовільно (достатньо)* |
| **35 – 59** | *незадовільн о* | **2** | **FX** | *незадовільно з можливістю повторного складання* |
| **1 – 34** | *незадовільн о* | **2** | **F** | *незадовільно з обов’язковим повторним*  *вивченням дисципліни* |

# МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

1. Робоча програма практики з туризму та орієнтування.
2. Методичні рекомендації до проходження практики.
3. Опорні конспекти лекцій фахових дисциплін.

# Рекомендована література

1. Географія туризму : навч. посіб. / С. П. Кузик; Львів. нац. ун-т ім. І. Франка. - К. : Знання, 2011. - 271 c.
2. <https://pidruchniki.com/>
3. Сучасні різновиди туризму : підручник / Ф. Ф. Шандор, М. П. Кляп. — К.

: Знання, 2013. — 334 с.

1. Спортивний туризм: довідник / Войтенко С. М., Совик Л. А., Ковбій Н. М. Вінницький національний аграрний університет. — Вінниця, 2012

# 8. МАТЕРІАЛЬНО-ТЕХНІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Форми занять** | **Наявне матеріально- технічне забезпечення** | **Необхідне матеріально- технічне забезпечення** |
| Самостійна, індивідуальна робота | приміщення для самостійної роботи студентів, комп'ютерна техніка з підключенням Інтернет, наукова бібліотека з  читальним залом. | розмножувальна техніка |