

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЗАПОРІЗЬКА ПОЛІТЕХНІКА»

Кафедра Туристичного, готельного та ресторанного бізнесу
(найменування кафедри)

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Навчально-тренувальний похід

(назва навчальної дисципліни)

Освітня програма: Готельно-ресторанна справа
(назва освітньої програми)

Спеціальність: 241 Готельно-ресторанна справа
(найменування спеціальності)

Галузь знань: 24 Сфера обслуговування
(найменування галузі знань)

Ступінь вищої освіти: Перший (бакалаврський) рівень
(назва ступеня вищої освіти)

Затверджено на засіданні кафедри
Туристичного, готельного та
ресторанного бізнесу
(найменування кафедри)

Протокол № 1 від 01.09.2021 р.

1. Загальна інформація	
Назва дисципліни	Навчально-тренувальний похід Варіативна частина Цикл професійної підготовки
Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський) рівень
Викладач	Булатов С.В., старший викладач кафедри ТГРБ
Контактна інформація викладача	7698403, телефон викладача, 0999731619 E-mail викладача sergiibulatov85@gmail.com
Час і місце проведення навчальної дисципліни	згідно до розкладу занять - https://zp.edu.ua/node/7904 дистанційне навчання - https://moodle.zp.edu.ua/
Обсяг дисципліни	Кількість годин - 150, кредитів - 3 кредити ЕКТС, розподіл годин: лекції - 4, практичні - 60, самостійна робота - 86, семестр – 2, вид контролю – залік
Консультації	<i>Згідно з графіком консультацій</i>
2. Пререквізити і постреквізити навчальної дисципліни	
Пререквізити навчальної дисципліни.	
Дисципліни: Базовий шкільний курс фізичного виховання.	
Постреквізити навчальної дисципліни:	
Здобуті здобувачем вищої освіти знання при вивченні дисципліни «Навчально-тренувальний похід» є обов'язковими для таких складових подальшого навчання: - курсова робота з «Організації ресторанного господарства, організація транспортних подорожей, кваліфікаційна дипломна робота тощо	
3. Характеристика навчальної дисципліни	
Загальні компетенції:	
<ul style="list-style-type: none"> – Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, вести здоровий спосіб життя. – Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. 	
Спеціальні компетенції:	
<ul style="list-style-type: none"> – Здатність розробляти нові послуги (продукцію) з використанням інноваційних технологій виробництва та обслуговування споживачів – Здатність розробляти, просувати, реалізовувати та організовувати споживання готельних та ресторанних послуг для різних сегментів споживачів 	
Результати навчання:	
<ul style="list-style-type: none"> – Знати, розуміти і вміти використовувати на практиці базові поняття з теорії готельної та ресторанної справи, організації обслуговування споживачів та діяльності суб'єктів ринку готельних та ресторанних послуг, а також суміжних наук – Аналізувати сучасні тенденції розвитку індустрії гостинності та рекреаційного господарства – Організовувати процес обслуговування споживачів готельних та ресторанних послуг на основі використання сучасних інформаційних, комунікаційних і сервісних технологій та дотримання стандартів якості і норм безпеки – Зберігати та примножувати досягнення і цінності суспільства на основі розуміння місця предметної області у загальній системі знань, використовувати різні види та форми рухової активності для ведення здорового способу життя. 	
4. Мета вивчення навчальної дисципліни	

Сформувати та виробити у студентів вміння і навички у області підготовки та проведення туристичних походів з різних видів туризму, а також проведення суддівств змагань.

5. Завдання вивчення дисципліни

Методичні – викласти теоретичні основи та актуальні проблеми підготовки та проведення туристичних заходів.

Пізнавальні – сформувати уявлення про туристів, керівників груп, людей різної національності, проведення та техніка безпеки туристичних заходів.

Практичні – ознайомити студентів із сучасними методами розробки та підготовки туристичних заходів, керівників груп, техніко-тактичні дії в тур заходах, та ін.

6. Зміст навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Загальні положення формування та підготовки навчально-тренувального походу.

Тема 1. Методика підготовки маршрутів з активними способами пересування.

Визначення мети і завдань туристського походу, подорожі, спортивно-пригодницького туру.

Комплектування груп і розподіл обов'язків.

Розробка маршруту, графіка руху; визначення контрольних пунктів і термінів їх проходження.

Особливості розробки аварійних варіантів маршруту.

Підготовка особистого та групового спорядження, продуктів харчування, медичної аптечки. Оформлення маршрутних документів, затвердження спортивних маршрутів у маршрутно-кваліфікаційній комісії (МКК). Підведення підсумків подорожей. Зарахування подорожей та присвоєння розрядів.

Тема 2. Топографія. Значення топографії та орієнтування для туристів.

План та карта. Види карт. Умовні знаки топографічних карт. Масштаб. Визначення сторін горизонту: за компасом, за місцевими орієнтирами (рослинністю, рельєфом, штучними спорудами), за допомогою космічних об'єктів (за сонцем та годинником, зірками, місяцем).

Визначення точки місцезнаходження. Орієнтування туристів у екстремальних ситуаціях.

Тема 3. Організація харчування активних туристських подорожей.

Енерговитрати та калорійність добового харчування. Хімічний склад продуктів (білки, жири, вуглеводи, баластні речовини, вітаміни). Характеристика продуктів. Складання меню, добовий раціон харчування. Організація та режим харчування на маршруті. Питний режим на маршруті. Особливості організації харчування у різних видах туризму. Технологія приготування їжі в похідних умовах, гігієна харчування. Упакування, збереження та транспортування продуктів.

Тема 4. Загальна та спеціальна фізична підготовка туристів.

Значення та особливості фізичної підготовки. Загальна та спеціальна фізична підготовка. Загально розвиваючі та спеціальні вправи в процесі підготовки туристів. Особиста гігієна туриста, гігієнічні вимоги до взуття, одягу, спорядження. Норми навантаження у подорожі. Медичний контроль і самоконтроль. Вплив фізичних вправ на підготовку туриста. Виховання та розвиток фізичних якостей (сили, витривалості, спритності, гнучкості, рівноваги). Загартування організму важливий фактор підготовки туриста.

Змістовий модуль 2. Підготовка навчально-тренувального походу. Розробка маршруту та графіку подорожі.

Тема 5. Організація безпеки на маршрутах та перша медична допомога.

Безпека - основа проведення туристських заходів. Об'єктивні та суб'єктивні фактори виникнення небезпеки.

Класифікація найбільш характерних аварій під час проведення походів та подорожей з різних видів туризму. Зростання ролі несприятливих факторів із зростанням складності маршруту. Інформаційні сигнали біди.

Структура аварійно-рятувальної служби України, її завдання, права та обов'язки. Нормативно-правові документи, що регламентують діяльність аварійно-рятувальної служби України. Медичне обстеження під час підготовки. Профілактичні заходи. Гігієнічні вимоги до одягу та спорядження під час походу. Особиста гігієна туриста. Комплектування аптечки. Специфіка медичного забезпечення активних туристських маршрутів. Перша медична допомога в активних туристських подорожах.

Тема 6. Технічна, тактична та психологічна підготовка.

Визначення понять „техніка туризму”, Значення техніки долаття перешкод у забезпеченні безпеки проходження маршруту. Класифікація техніки активного туризму. Страхівка і само страхівка, їх значення у технічній підготовці.

Визначення поняття „тактика”. Групова та індивідуальна туристська тактика. Залежність тактики підготовки і проходження маршруту від мети подорожі, району, пори року, складності маршруту, підготовленості й сховженості групи, матеріальної забезпеченості, умов і можливостей забезпечення безпеки.

Поняття психологічного клімату туристської групи. Конфлікти, причини їх виникнення та способи усунення. Психологічна тактика керівника групи. Система морально-психологічної підготовки: сукупність психологічних та етичних знань; раціональне застосування знань, умінь, навичок, звичок та інтуїції у питаннях спілкування та взаємодії з членами групи; контроль і оцінка досягнутих результатів.

Тема 7. Організація та проведення подорожей з пішохідного туризму.

Особливості пішохідного туризму. Підготування подорожі. Спорядження туриста-пішохідника: особисте, групове. Техніка та тактика проходження пішохідних маршрутів. Природні перешкоди у пішохідних маршрутах. Основні технічні елементи у пішохідних походах. Орієнтування на місцевості. Графік руху. Місце для привалу, вогнище. Особливості страхування у пішохідних маршрутах. Особливості харчування.

Тема 8. Оформлення та залік навчально-тренувального походу.

Заповнення технічної документації, подання її до МКК та КСС

7. План вивчення навчальної дисципліни

№ тижня	Назва теми	Форми організації навчання	Кількість годин
1.	Методика підготовки маршрутів з активними способами пересування	Лекція	2
2.	Топографія. Значення топографії та орієнтування для туристів.	Практичне	10
3	Організація харчування активних туристських подорожей	Практичне	10
4	Загальна та спеціальна фізична підготовка туристів	Практичне	10
5	Організація безпеки на маршрутах та перша медична допомога	Лекція	2
6	Технічна, тактична та психологічна підготовка	Практичне	8
7	Організація та проведення подорожей з пішохідного туризму	Практичне	10
8	Оформлення та залік навчально-тренувального походу	Практичне	12

8. Самостійна робота

Зміст самостійної роботи для студентів денної форми навчання:

1. Поглиблене вивчення питань тем за методичними вказівками викладача.
2. Систематичне опрацювання лекційного матеріалу, запропонованої базової та допоміжної літератури з питань курсу.

3. Систематична підготовка до семінарських занять відповідно до запропонованих планів їх проведення (переліку питань).

4. Самостійна підготовка до модульного контролю та заліку.

У процесі підготовки за темами (питаннями) курсу, що віднесені для самостійного опрацювання, студентам слід звернути особливу увагу на засвоєння зазначених ключових понять та термінів. Обов'язковим вважається ведення студентами робочого конспекту, який повинен містити розгорнутий або тезисний огляд питань, що віднесені для самостійного опрацювання, а також визначення ключових понять і термінів. У процесі вивчення курсу для поточного контролю самостійної роботи студентів денної форми навчання та якості засвоєння ними матеріалу викладач використовує:

- опитування студентів під час семінарських занять, перевірку робочих конспектів;
- залучення студентів до дискусії з теми семінарського заняття з наступною оцінкою ініціативи та здатності до аналізу дискусійних питань;

- проведення поточних контрольних робіт, тестування та модульного контролю.

Самостійна робота студентів передбачає самостійне вивчення окремих питань тем за методичними вказівками викладача. Студент повинен опрацювати необхідний обсяг навчальної літератури та нормативно-правових актів. У ході засвоєння програми курсу, під час підготовки до заліку, студентам рекомендується звертатись до першоджерел (законів, наказів, ДСТУ та інших нормативноправових документів) і до монографічної літератури, в якій висвітлено основні погляди на відповідні проблеми.

Студенти мають змогу завантажити свої напрацювання в систему дистанційного навчання (moodle) НУ «Запорізька політехніка» (<https://moodle.zp.edu.ua/>).

Консультативна допомога студенту надається у таких формах:

- особиста зустріч викладача і студента за графіком консультацій <https://zp.edu.ua/node/7904> (не менш ніж 2 рази по 2 години на тиждень або за попередньою домовленістю);
 - відеоконференція на платформі zoom (особиста або колективна) - ідентифікатор 386-718-1538 (один раз на 2 тижні);
 - листування за допомогою електронної пошти sergiibulatov85@gmail.com (у форматі 24/7 кожного дня);
 - відеозустріч, аудіоспілкування або повідомлення у сервісі Viber (за графіком консультацій викладача);
- спілкування по телефону (з 10.00 до 12.00 кожен день крім вихідних та святкових днів).

9. Система та критерії оцінювання курсу

Згідно з діючою в університеті системою комплексної діагностики знань студентів, з метою стимулювання планомірної та систематичної навчальної роботи, оцінка знань студентів здійснюється за 100-бальною системою.

Кожен змістовний модуль оцінюється за 100-бальною системою. Отримані за кожен змістовний модуль бали підсумовуються та діляться на 2.

Форми контролю знань студентів:

- поточний;
- модульний;
- підсумковий (залік).

Оцінювання знань студентів в університеті здійснюється за 100-бальною шкалою, яка переводиться відповідно у національну шкалу («відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно») та шкалу європейської кредитно-трансферної системи (ЄКТС – А, В, С, D, E, FХ, F). Поточний контроль знань студентів протягом одного семестру включає оцінку за роботу на лекційних, лабораторних, практичних або семінарських заняттях та самостійну роботу.

Студент, який з різних обставин не отримав необхідної кількості балів з будь-якої теми, має можливість самостійно її підготувати і пройти індивідуальний поточний контроль знань з цієї теми або виконати індивідуальні завдання, що пропонуються в робочій програмі.

ПІДСУМКОВИЙ МОДУЛЬНИЙ КОНТРОЛЬ знань студентів означає поступове накопичення балів від одного поточного модульного контролю до іншого в кінцевому рахунку отримання загального підсумкового балу.

Зведена таблиця набору балів за семестр

1 модуль (максимум балів)		2 модуль (максимум балів)	
Лекції	3	Лекції	3
Практичні	70	Практичні	70
Самостійна робота/ІДЗ	7	Самостійна робота/ІДЗ	7
Контрольна робота	20	Контрольна робота	20
Всього	100	Всього	100

Якщо студент з будь-якої поважної причини не виконав умов набору балів за період вивчення, він має змогу під час заліково-екзаменаційної сесії прийти на залік і скласти усно мінімум 2 питання за переліком та виконати тести.

КРИТЕРІЙ ОЦІНКИ НА ЗАЛІКУ:

1. Два питання потребують змістовної відповіді, кожна з них розкриває сутність того чи іншого поняття або теоретичного положення (оцінюється від 0 до 30 балів за кожне питання).

30-27 балів отримують студенти, які повністю розкрили сутність поняття, дали його чітке визначення або проаналізували і зробили висновок з конкретного теоретичного положення.

26-23 балів отримують студенти, які правильно, але не повністю дали визначення поняття або поверхово проаналізували і зробили висновок з теоретичного положення.

22-18 балів отримують студенти, які правильно, але лише частково визначили те чи інше поняття або частково проаналізували і зробили висновок з теоретичного положення.

17-0 балів отримують студенти, які частково і поверхово визначили те чи інше поняття або сформулювали висновок з теоретичного положення, допустивши неточності та помилки.

2. Правильна відповідь на **4 тестових питання** оцінюється в **10 балів** кожна.

Сума балів, накопичених здобувачем вищої освіти за виконання всіх видів поточних навчальних завдань (робіт) на практичних (семінарських) заняттях та на підсумковому модульному контролі, свідчить про **ступінь оволодіння ним програмою навчальної дисципліни** на конкретному етапі її вивчення. Протягом семестру студенти можуть набрати від 0 до 100 балів, що переводяться у національну шкалу оцінювання і відповідно у шкалу ЄКТС. Кількість балів відповідає певному рівню засвоєння дисципліни:

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	Визначення
		для заліку	
90 – 100	A	зараховано	відмінно - Повно та ґрунтовно засвоїв всі теми навчальної програми вміє вільно та самостійно викласти зміст всіх питань програми навчальної дисципліни, розуміє її значення для своєї професійної підготовки, повністю виконав усі завдання кожної теми та поточного модульного контролю в цілому.
85-89	B		дуже добре - Недостатньо повно та ґрунтовно засвоїв окремі питання робочої програми. Вміє самостійно викласти зміст основних питань програми навчальної дисципліни, виконав завдання кожної теми та модульного поточного контролю в цілому.
75-84	C		добре - Недостатньо повно та ґрунтовно засвоїв деякі теми робочої програми, не вміє самостійно викласти зміст деяких питань програми навчальної дисципліни. Окремі завдання кожної теми та модульного поточного контролю в цілому виконав не повністю.
70-74	D		задовільно – Засвоїв лише окремі теми робочої програми. Не вміє вільно самостійно викласти зміст основних питань навчальної дисципліни, окремі завдання кожної теми модульного контролю не виконав.
60-69	E		достатньо - Засвоїв лише окремі питання навчальної програми. Не вміє достатньо самостійно викласти зміст більшості питань програми навчальної дисципліни. Виконав лише окремі завдання кожної теми та модульного контролю в цілому.

35-59	FX	не зараховано з можливістю повторного складання	незадовільно – Не засвоїв більшості тем навчальної програми не вміє викласти зміст більшості основних питань навчальної дисципліни. Не виконав більшості завдань кожної теми та модульного контролю в цілому.
1-34	F	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	незадовільно – Не засвоїв навчальної програми, не вміє викласти зміст кожної теми навчальної дисципліни, не виконав модульного контролю.

10. Політика курсу

Для успішного проходження курсу та складання контрольних заходів необхідним є вивчення навчального матеріалу за кожною темою. Специфіка курсу здебільшого передбачає акцент на розумінні підходів і принципів, ніж запам'ятовування визначень. Кожен здобувач повинен ознайомитися і слідувати Положенню про академічну доброчесність Національного університету «Запорізька політехніка», Статуту і Правил внутрішнього розпорядку Національного університету «Запорізька політехніка». Зокрема, для успішного засвоєння програмного матеріалу здобувач зобов'язаний:

- не запізнюватися на заняття;
- не пропускати заняття, а в разі хвороби надати довідку;
- самостійно вивчити матеріал пропущеного заняття;
- системно і регулярно працювати з навчальною і науковою літературою;
- конструктивно підтримувати зворотній зв'язок на всіх заняттях;
- брати активну участь у навчальному процесі;
- своєчасно і акуратно виконувати завдання для самостійної роботи;
- відключити мобільний телефон під час занять;
- бути терпимим і доброзичливим до однокурсників та викладачів;
- участь у контрольних заходах (поточний контроль, модульний контроль, контроль самостійної роботи; підсумковий контроль);
- будь-яке копіювання або відтворення результатів чужої праці, якщо тільки робота не має груповий формат, використання завантажених з Інтернету матеріалів кваліфікується як порушення норм і правил академічної доброчесності та передбачає притягнення винного до відповідальності, у порядку, визначеному чинним законодавством та Положенням про академічну доброчесність в Національному університеті «Запорізька політехніка».

Здобувач успішно навчається, якщо послідовно набирає кредити, необхідні для здобуття ступеня бакалавр. Для цього потрібно, щоб накопичувальний бал був не нижче, ніж 60 балів за даним курсом. Якщо накопичувальний бал нижче 60 балів, здобувач вважається неуспішним і може бути відрахований відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу в Національному університеті «Запорізька політехніка» (у новій редакції)».