



**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО
ФАКУЛЬТЕТ ТУРИЗМУ
КАФЕДРА ТУРИЗМУ**

Силабус
вибіркової навчальної дисципліни
«WELLNESS ТУРИЗМ»

ПІБ НПП, відповідальний за курс
науковий ступінь і вчене звання,
посада

Данилевич Мирослава Василівна
доктор пед. наук, професор
завідувач кафедри туризму

| | |
|------------------------------|---|
| Контактний телефон | (032) 255-41-32 |
| Електронна адреса | mdanylevych@ukr.net |
| Розклад навчальних занять | https://3w.ldufk.edu.ua/index.php/fakultet-pedahohichnoi-osvity-6/21-ftrozklad |
| Сторінка дистанційного курсу | http://study.ldufk.edu.ua/course/view.php?id=1954 |

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

| | |
|---|---|
| Мета вивчення навчальної дисципліни | Метою дисципліни є формування у здобувачів освіти системи знань про сутність, принципи та сучасні напрями розвитку велнес-туризму, його оздоровчий, соціокультурний і рекреаційний потенціал, а також набуття компетентностей щодо використання велнес-подорожей, природних ресурсів і різних форм рухової активності для зміцнення здоров'я, відновлення психоемоційного стану та організації здорового способу життя. |
| Тривалість | семестр: 3 кредити ЄКТС/90 годин (14 год – лекції, 16 год – практичні, семінарські, 60 год – самостійна робота) |
| Форми та методи навчання | Лекції, практичні та семінарські заняття, самостійна робота поза розкладом |
| Система поточного та підсумкового контролю | Вступний контроль, поточний контроль, підсумковий контроль. Підсумковий контроль – залік. |
| Мова викладання | Українська |

ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

| № п/п | Теми | Результати навчання. |
|-------|---|---|
| 1. | Велнес-туризм у сучасній туристично-рекреаційній діяльності системі | <i>Знати:</i> сутність понять «велнес», «велнес-туризм», «оздоровчий туризм»; філософію велнесу та її основні принципи; історію формування велнес-індустрії; роль велнес-подорожей у підтриманні здоров'я та якості життя людини. |

| | | |
|----|---|---|
| 2. | Велнес як концепція здоров'я та благополуччя людини | <i>Знати:</i> основні складові концепції велнесу (фізичний, емоційний, соціальний, духовний, інтелектуальний добробут); значення велнес-підходів у сучасному способі життя; роль активного відпочинку і подорожей у підтриманні здоров'я. |
| 3. | Терапія мандрями та психоемоційне відновлення в подорожах | <i>Знати:</i> сутність терапії мандрями; психофізіологічні ефекти подорожей; вплив зміни середовища на емоційний стан людини; роль подорожей у відновленні психологічних ресурсів та зниженні рівня стресу. |
| 4. | Велнес-середовище та оздоровчі ресурси у туризмі | <i>Знати:</i> складові велнес-середовища; природні, кліматичні, ландшафтні та рекреаційні ресурси; вплив природного середовища на фізичне і психоемоційне благополуччя людини; роль природоорієнтованих практик у велнес-туризмі. |
| 5. | Оздоровчі практики та активності у велнес-туризмі | <i>Знати:</i> основні види оздоровчих практик у велнес-туризмі; роль рухової активності, SPA-процедур, релаксаційних і дихальних технік, йоги та mindfulness-практик; вплив велнес-програм на відновлення фізичних і психологічних ресурсів людини. |
| 6. | Велнес-індустрія та туристичні дестинації | <i>Знати:</i> структуру велнес-індустрії; основні типи велнес-дестинацій; роль SPA-центрів, курортів, ретрит-центрів і оздоровчих комплексів; формування та просування велнес-продукту у туристичній діяльності. |
| 7. | Сучасні тренди та перспективи розвитку велнес-туризму в Україні | <i>Знати:</i> глобальні тенденції розвитку велнес-туризму; нові формати оздоровчих подорожей; інноваційні велнес-проекти; перспективи розвитку велнес-індустрії у світі та в Україні. |

Інформаційні джерела

1. Бойко В. О. WELLNESS-туризм: нові горизонти для балансу та здоров'я // Таврійський науковий вісник. Серія: Економіка. 2024. URL: <https://tnv-econom.ksauniv.ks.ua/index.php/journal/article/view/601>.
2. Габа М. І. Інвестиційні тенденції розвитку «SPA» та «WELLNESS» туризму // Інтелект XXI. 2022. № 2. С. 23–27. DOI: 10.32782/2415-8801/2022-2.5.
3. Устименко Л., Булгакова Н. Розвиток wellness-туризму та його вплив на трансформацію туристичної індустрії України // Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Серія: Туризм. 2019. № 2(1). С. 49–59. URL: <https://tourism.knukim.edu.ua/article/view/173023>
4. Global Wellness Institute. 2025 Global Wellness Economy Monitor : URL: <https://globalwellnessinstitute.org/industry-research/2025-global-wellness-economy-monitor/>
5. Lukianets A., Antoniuk K. Prospects for the Development of Spa and Wellness Tourism in Ukraine // SWorldJournal. 2023. № 2(19-02). P. 82–85. <https://doi.org/10.30888/2663-5712.2023-19-02-022>
6. Smith M., Puczkó L. Health, Tourism and Hospitality: Spas, Wellness and Medical Travel. 2nd ed. London : Routledge, 2014. 544 p.
7. Voigt C., Pforr C. (eds.). Wellness Tourism: A Destination Perspective. London : Routledge, 2013. 344 p. DOI: 10.4324/9780203079362.

ПОЛІТИКА ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ ТА ОЦІНЮВАННЯ

Політика оцінювання. Оцінювання якості знань студентів здійснюється відповідно до Положення ЛДУФК ім. І.Боберського

<https://repository.ldufk.edu.ua/home>

Робоча програма <https://repository.ldufk.edu.ua/home>

Порядок оцінювання. Зараховуються бали, набрані при поточному опитуванні, самостійній роботі та бали підсумкового контролю. При цьому обов'язково враховується присутність студента на заняттях та його активність під час практичних робіт. Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою. Бали нараховуються за наступним співвідношенням:

- поточне оцінювання – 70 балів;
- модульна контрольна робота – 30 балів;
- додаткові бали – присутність студента на усіх лекційних заняттях – 10 балів, наявність конспекту лекцій – 10 балів; написання наукових робіт, участь у конференціях – 10 балів (кожна виконана робота).

Політика щодо академічної доброчесності: недопустиме списування та плагіат. Дотримання правил та норм академічної доброчесності, етичної поведінки та корпоративної культури здійснюється відповідно до Положення про дотримання академічної доброчесності ЛДУФК імені Івана Боберського <https://www.ldufk.edu.ua/wp-content/uploads/2023/06/polozhennja-pro-dobrochesnist-04-20.pdf>.

Політика зарахування результатів неформальної освіти. Студенти, які здобули освітні компонентності, за межами ЛДУФК імені Івана Боберського, при їх відповідності постреквізітам освітньої програми, можна перезарахувати їх результати у якості виконання зарахованої теми відповідно до Положення про порядок визнання результатів навчання, отриманих у неформальній освіті https://www.ldufk.edu.ua/wp-content/uploads/2023/02/polozhennia_neformalna_osvita.pdf.

Рекомендовано, для удосконалення професійних знань та навиків проходити онлайн-курси на освітніх платформах: <https://learndigital.withgoogle.com/digitalworkshop-ua>, <https://prometheus.org.ua/>.