

РОЗДІЛ 4

СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ

В. І. Андросова

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка

ЗМАГАННЯ ЗІ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ ЯК ЗАСІБ САМОПІЗНАННЯ ТА САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ВИХОВАНЦІВ У ЗАКЛАДІ ПОЗАШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

У статті розкривається значення змагань зі спортивного туризму як засіб самореалізації вихованців. Вплив змагань на системне самопізнання та самовдосконалення, мотивацію на розвиток фізичних, психологічних, вольових, естетичних якостей, що призводить к досягненню високих результатів.

Ключові слова: спортивний туризм, самопізнання, самореалізація, самовдосконалення, види змагань.

В статье раскрывается значение соревнований по спортивному туризму как способ самореализации воспитанников. Влияние соревнований на системное самопознание и самоусовершенствование, мотивацию на развитие физических, психологических, волевых, эстетических качеств, что приводит к достижению высоких результатов,

Ключевые слова: спортивный туризм, самопознание, самореализация, самоусовершенствование, виды соревнований.

The article reveals the importance of competitions in sports tourism as a means of self-realization of students. The impact of competition on systemic self-knowledge and self-improvement, motivation for the development of physical, psychological, volitional, aesthetic qualities, which leads to high results.

Key words: sports tourism, self-knowledge, self-realization, self-improvement, types of competitions.

Постановка проблеми. Сучасне суспільство потребує виховання всебічно розвиненого покоління. Важливими етапами такого виховання є самопізнання, саморозвиток, самореалізація молоді. Здоровий спосіб життя та заняття спортом, зокрема, спортивним туризмом, дає потужний поштовх до саморозвитку, самопізнання себе, що уможлиблює самореалізацію та самовдосконалення в даному виді спорту. Якісні зміни, що відбуваються зі спортсменом в процесі усвідомлення себе, особливостей і якостей своїх комунікацій, ведуть до самовдосконалення. Дану точку зору підтримує відомий психолог С. Рубінштейн. На думку вченого саморозвиток і самовиховання особистості полягають не в якійсь ізольованій медитативній «роботі над собою», а в активній реальній зовнішній діяльності [3]. Такую активною діяльністю можуть стати змагання зі спортивного туризму, які відкривають широкі

можливості для самореалізації вихованців у закладі позашкільної освіти.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теорія самопізнання та самореалізації в системі виховання особистості представлена в педагогічних працях видатних діячів освіти минулого (А. Макаренко, К. Ушинський, В. Сухомлинський, Й. Песталоцці) та сучасних науковців (Ш. Амонашвілі, І. Бех, М. Євтух, І. Зязюна та ін.). Положення педагогічної системи самопізнання та самовдосконалення розкрито у працях Т. Черкашиної, яка відзначає, що самопізнання – це процес багатогранний і копіткий та потребує від суб'єкта розвиненої волі, зосередженості на меті, незворотності спрямувань [2]. Задоволеність своєю роботою, вплив підвищення емоційного стану на самооцінку вихованців розкрито в наукових дослідженнях Р. Бернса, Л. Божович, Т. Драгунової, Д. Ельконіна, І. Кона, А. Леонтьєва, А. Петровського, С. Рубінштейна, Д. Фельдштейна та інших.

Метою статті є дослідження необхідності системної самопізнавальної діяльності спортсмена в досягненні високих результатів та самореалізації у даному виді спорту.

Виклад основного матеріалу. Розвиток гармонійної особистості набуває особливого значення для самопізнання та самореалізації вихованців у закладі позашкільної освіти. Для досягнення успіху спортсмену необхідно здолати чимало зовнішніх перешкод, що потребує вміння впоратися із перешкодами внутрішніми лише за умови самостійного системного самопізнання.

Самопізнання – це своєрідний механізм пізнавальної діяльності людини, в основі якого лежить процес рефлексії. Націленість людини на пізнання своїх фізичних, психічних можливостей, свого місця в соціумі складає сутність самопізнання [4, с. 45]. Самопізнання дає можливість самостійно визначити шляхи успіху в певній сфері діяльності, проаналізувати та удосконалити свою повсякденну діяльність [10, с. 103]. У процесі самопізнання і поступового пізнання навколишнього світу, розширення сфери діяльності та набуття життєвого та туристського досвіду, вихованці пізнають свої можливості, свій творчий, діловий потенціал, а це у свою чергу дає змогу самореалізації їх у житті.

Самореалізація – це процес найповнішого розкриття особистістю своїх здібностей і творчих можливостей, індивідуального саморозвитку і самоздійснення, приявлення внутрішнього потенціалу свого Я [1]. Словник із соціальної педагогіки трактує самореалізацію як «реалізацію активності, яка задовольняє людину у значущих для неї сферах життєдіяльності і (або) взаємовідносин» [8, с. 116]. Важливим для спортсмена є механізм самопрогнозування, оскільки він повинен

передбачати результати власної діяльності, поведінки і безпосередньо себе у нових умовах. Форми самореалізації особистості в спортивних туристських секціях представлено на рис. 1.



Рис. 1. Форми самореалізації особистості в спортивних туристських секціях

Самореалізація можлива при визначенні її стратегії, яку можна поділити на п'ять складових: самопізнання, самовизначення, саморегуляція, самоосвіта, самовиховання. Спортивний туризм приваблює вихованців багатством технічного та тактичного змісту, прагненням до високої досконалості виконання технічних прийомів, розробкою тактичних комбінацій тощо. Спортивна діяльність стає органічною потребою для спортсмена, яка приносить задоволення. Великі фізичні навантаження при занятті туризмом виправдовуються мотивацією: майбутніми походами, виконанням розрядів на змаганнях тощо.

Спортивний туризм – вид активної рекреаційно-туристської діяльності, яка здійснюється в природному середовищі, і полягає у проходженні туристських спортивних маршрутів з подоланням різноманітних перешкод (перевалів, вершин, порогів, каньйонів, печер тощо) різними засобами пересування із використанням спеціальних технічних прийомів і спорядження [7]. Спортивний туризм входить до загальнодержавної системи фізичної культури і спорту в Україні та розвиває фізичні, моральні, інтелектуальні здібності людини. В. Сухомлинський звертає увагу на те, що «в підлітковому віці, особливо в роки старшого отроцтва, закономірними є вже не абстрактні мрії про майбутнє, а свідоме зважування своїх сил і можливостей, роздуми про те, ким я стану, що мені доступне. Вихователям треба зберегти, зробити тривалим захоплення якраз тим заняттям, яке найбільшою мірою відповідає силам, задаткам підлітка» [9, с. 332].

Спортивний туризм включає в себе змагання за програмою «маршрути» (туристські спортивні походи), які передбачають подолання категорійних за трудністю перешкод у природному середовищі [6] і змагання за програмою «дистанції», прокладених у природному середовищі або на штучному рельєфі [5]. Правильно організовані та добре проведені спортивні змагання зміцнюють здоров'я вихованців, загартовують організм, розвивають силу, спритність, витривалість, ініціативу, мужність, наполегливість, дисциплінованість. Змагання дають можливість оцінити рівень підготовки спортсмена, отримати новий досвід у подоланні перешкод, виховують сміливість, наполегливість, впевненість, вчать критично дивитися на себе, реалізувати всі свої вміння та навички для досягнення перемоги, реально сприймати результати свого виступу. Змагання дають можливість проаналізувати наявність спортивного потенціалу спортсмена та реалізувати його під час виступу. Спортсмен накопичує туристський досвід, розширює свій творчий потенціал, пізнає навколишній світ, що дає великий поштовх для спортивного росту. На змаганнях спортсмен демонструє найвищий результат на даному етапі спортивного вдосконалення, проявляє повну мобілізацію тактико-технічних можливостей, максимальну спрямованість для досягнення найвищого результату,

Самореалізація під час туристських змагань на природному та штучному рельєфі проявляється в здатності підвищення спортивної майстерності на базі задатків та обдарованості, з використанням досягнень культури підготовки спортсмена. Проходження технічних етапів мобілізує спортсмена. Адже кожний етап на дистанції має певні відмінності, зокрема:

- за перепадом висот на підйомах та спусках,
- за крутизною схилів на траверсах,
- за застосуванням спеціального спорядження,
- за умінням швидко працювати з вірьовкою,
- за швидкістю реагування на зміни в тактиці на дистанції тощо.

Умови, в яких проходять змагання, відрізняються від умов тренувального циклу. Це відноситься і до погодних умов під час змагань. Тому, для реалізації поставлених задач, успішного виступу на змаганнях, досягнення високих результатів, самовдосконалення спортсменів, недостатньо високого рівня тільки фізичної, практичної й тактичної підготовленості. Необхідна психологічна підготовка та злагоджена командна робота. Інтелектуальні навички, робота з комп'ютерною технікою, вміння розібратися та працювати з сучасним спеціальним спорядженням (грі-грі, затискачі, жумари тощо),

підвищують самооцінку спортсмена, впевненість у швидкому проходженні етапів та всієї дистанції.

Змагання за програмою «маршрути» мають свою особливість. Результат змагань не підводиться відразу після закінчення походу, як на змаганнях за програмою «дистанція». Етапи змагань за програмою «маршрути» унаочнено на рис. 2.



Рис. 2. Етапи змагань за програмою «маршрути».

Під час походу заявленої категорії складності проводиться командна робота з подолання перешкод лісовою, гірською місцевістю, з повною викладкою спорядження. Вихованці, учасники походу, мають бути підготовлені для автономного перебування у групі не менше шести днів, в залежності від категорії складності маршруту. Під час походу проявляється спортивна, вольова, технічна та комунікаційна підготовленість спортсменів: засоби пересуватися різним гірським рельєфом, навички роботи з GPS-навігатором, офлайн-картами, орієнтуванням за допомогою компаса та карти, надання першої медичної допомоги. Проявити сміливість у подоланні гірських річок, підйомах та спусках сніговими схилами, винахідливість та знання в застосуванні лікарських трав для приготування чаю, фотографуванні, приготуванні їжі тощо. Вихованці усвідомлюють свої потенційні можливості, перспективи особистісного зростання під час походу, стають більш впевненими та цілеспрямованими.

Після закінчення походу готується звіт. Кожний може проявити ініціативу по підготовці опису маршруту, вибору фотографій, карт, роботі з комп'ютером. Звіт – це командна робота, де кожний вихованець розвиває свої організаторські якості, пізнає та розширює свій творчий потенціал, самостверджується. І тільки звіти походів, завірені МКК, беруть участь у змаганнях за програмою «дистанція».

Висновки. Змагання зі спортивного туризму – одна з форм соціалізації вихованців, потужний фактор самореалізації в сучасному житті, який спонукає до саморозвитку, розвиває творчий потенціал, розкриває нові горизонти для самовдосконалення. Змагання сприяють розвитку системної самопізнавальної діяльності спортсмена в досягненні високих результатів у даному виді спорту.

Список використаних джерел

1. Велика українська енциклопедія. К.: Державна наукова установа «Енциклопедичне видавництво», 2016.
2. Євтух М. Б. Культура взаємин : підручник / М. Б. Євтух, Т. В. Черкашина. 3-тє вид., переробл. і допов. Черкаси : Видавець Чабаненко Ю. А., 2012. 340 с.
3. Максименко С. Д. Науково-психологічні основи формування особистості. Рідна школа, 1991. № 11. С. 27-31.
4. Особистість: внутрішній світ і самореалізація / Упоряд. Ю.Н.Кулюткин, Р.С.Сухобская. СПб., 1996. 13 с.
5. Правила вида спорта «Спортивный туризм». Группа дисциплин «дистанции» (туристское многоборье – ТМ, туристско-прикладное многоборье – ТПМ, соревнования в технике туризма, дистанции). Утверждено Решением Совета международной федерации спортивного туризма 23.05.2015. 19 с.
6. Правила вида спорта «Спортивный туризм». Утверждено Президиумом международной федерации спортивного туризма 03.03.2013. 10 с.
7. Правила спортивных змагань зі спортивного туризму. Затверджено Міністерством молоді та спорту України. 15.04.2021 №11/5.3/21. Київ. 2021. 60 с.
8. Словник із соціальної педагогіки. авт.-уклад. Т. О. Логвиненко, Н.В. Гордієнко. Дрогобич: Посвіт, 2007. 160 с.
9. Сухомлинський В. О. Вибрані твори: в 5 т. Т.3. Серце віддаю дітям. Народження громадянина. Листи до сина / В.О. Сухомлинський. К.: Радянська школа, 1977. 670 с.
10. Ягупов В. В. Педагогіка: Навч. посібник. К.: Либідь, 2002. 560 с.

В. О. Бокатов, В. М. Зігунов

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка

СТАН ТА ПЕРСПЕКТИВИ ВИКОРИСТАННЯ ТУРИСТСЬКОГО ПОТЕНЦІАЛУ У РОЗВИТКУ ФЕСТИВАЛІВ АКТИВНОГО ТУРИЗМУ У СУМСЬКІЙ ОБЛАСТІ

В статті досліджений реальний стан, в якому знаходяться фестивалі активного туризму. Реальна картина інфраструктури, можливостей для проведення заходів активного туризму. Дослідження проблематики неактивності використання туристського потенціалу в Сумській області та перспективи розвитку активного туризму на Сумщині.

Ключові слова: активний туризм, фестиваль, фінансування, інфраструктура.

В статье исследовано реальное состояние, в котором находятся фестивали активного туризма. Реальная картина инфраструктуры, возможностей для проведения мероприятий активного туризма. Исследование проблематики неактивности использования туристского потенциала в Сумской области и перспективы развития активного туризма в Сумской области.

Ключевые слова: Активный туризм, фестиваль, финансирование, инфраструктура.

The article examines the real state of the active tourism festivals. A real picture of the infrastructure, opportunities for active tourism activities. Investigation of the problems of inactivity in the use of tourist potential in the Sumy region and the prospects for the development of active tourism in the Sumy region.

Key words: active tourism, festival, financing, infrastructure.