

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЮРІЯ ФЕДЬКОВИЧА**

**Факультет фізичної культури, спорту та реабілітації
Кафедра теорії та методики фізичної культури**

**ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ТУРИЗМУ ЯК
ЗАСОБУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ**

**Кваліфікаційна робота
Рівень вищої освіти – другий (магістерський)**

Виконав(ла):

Студент (ка) 2 курсу, 606 групи.

Спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура)

(шифр і назва спеціальності)

Адамюк Тетяна Олексіївна

(прізвище та ініціали)

Керівник: канд. наук з фіз. вих. і спорту, асис. Іван ШТЕФІЮК

До захисту допущено

на засіданні кафедри

протокол №____від листопада 2024 р.

Зав. кафедрою _____доцент Іван ВАСКАН

Анотація

Найбільшою з усіх наявних категорій населення, що задіяні у галузі туризму, є молодь шкільного віку. Протягом навчання ЗЗСО школярі мають ширші можливості реалізовувати свої можливості та розвиватися через подорожі, які формують світогляд школярів та за допомогою цього краще долучаються до нових цінностей життя. Такі цінності протягом життя впроваджуватимуться в практичні складові суспільного життя, що знайдуть відображення в багатьох аспектах та як наслідок буде визначатись модель соціальної та культурної свідомості суспільства. В процесі туристичних подорожей активна взаємодія школярів між собою досягає свого максимуму, а також з представниками інших культур та народів, що активно впливає на формування соціокультурної свідомості та простору. Сьогодні шкільний туризм поєднує в собі практично всі категорії подорожей, подібно до туризму класичного.

Ключові слова: школярі, фізичне виховання, шкільний туризм, активний туризм.

Abstracts

School-age youth is the largest of all the existing categories of the population involved in tourism. During the GCSE, students have greater opportunities to realize their potential and develop through travel, which shapes their worldview and thus better engages them in new values of life. Such values will be implemented throughout their lives in the practical components of social life, which will be reflected in many aspects and, as a result, will determine the model of social and cultural consciousness of society. In the process of tourist travel, active interaction of schoolchildren with each other reaches its maximum, as well as with representatives of other cultures and peoples, which actively influences the formation of socio-cultural consciousness and space. Today, school tourism combines almost all categories of travel, similar to classical tourism.

Key words: schoolchildren, physical education, school tourism, active tourism.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ШКІЛЬНОГО ТУРИЗМУ ТА ЙОГО РОЗВИТОК	8
1.1. Поняття шкільний туризм, його роль, зміст і основні напрямки діяльності	8
1.2. Сутність молодіжного туризму та його значення	16
1.3. Організаційно-педагогічні особливості шкільного туризму	25
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	28
2.1. Методи досліджень	28
2.2. Організація досліджень	33
РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ МОТИВАЦІЇ ДО РЕКРЕАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ, ХАРАКТЕРИСТИКА РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ШКОЛЯРІВ	35
3.1. Дослідження мотивації школярів до занять активним туризмом та аналіз педагогічного досвіду вчителів які задіяні у туристичній діяльності	35
3.2. Характеристика структури вільного часу та рухової активності засобами спортивно-оздоровчого туризму у фізичному вихованні учнівської молоді	45
3.3. Аналіз показників фізичного стану учнівської молоді та емоційного стану до та після педагогічного експерименту	47
ВИСНОВКИ	51
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	52
ДОДАТКИ	59

ВСТУП

Актуальність. Найбільшою з усіх наявних категорій населення, що задіяні у галузі туризму, є молодь шкільного віку. Протягом навчання ЗЗСО школярі мають ширші можливості реалізовувати свої можливості та розвиватися через подорожі, які формують світогляд школярів та за допомогою цього краще долучаються до нових цінностей життя. Такі цінності протягом життя впроваджуватимуться в практичні складові суспільного життя, що знайдуть відображення в багатьох аспектах та як наслідок буде визначатись модель соціальної та культурної свідомості суспільства. В процесі туристичних подорожей активна взаємодія школярів між собою досягає свого максимуму, а також з представниками інших культур та народів, що активно впливає на формування соціокультурної свідомості та простору. Саме через такі причини в загальній системі світового розвитку туризму провідне місце належить молодіжному туризму. Сьогодні в нашій державі із загального туризму сегмент «шкільний туризм» чітко не виокремлюється, а туристичні фірми формують свої пропозиції переважно під сімейний відпочинок та екскурсійні тури які розраховуються на різні вікові категорії туристів. Саме тому переважна частина молоді, яка бажає відпочивати на власний смак, надають перевагу організовувати своє дозвілля власноруч. Через інтеграцією нашої держави до європейських цінностей актуалізуються питання дослідження світового досвіду проведення та організації шкільного дозвілля і потреб дітей.

Сьогодні шкільний туризм поєднує в собі практично всі категорії подорожей, подібно до туризму класичного. Крім того, шкільний туризм відрізняється від класичного умовами проживання і вартістю. Цілком зрозуміло, що звичайний школяр не може собі дозволити проживання у п'ятизіркових готелях і авіаперельоти бізнес-класом. Однак, для школярів, діють різноманітні системи знижок. Вони поширюються на проїзд у громадському транспорті та багато видів екскурсій. Подальший розвиток напрямку шкільного туризму допоможе вирішити багато проблем сучасної молоді. За допомогою проведення

екскурсій, відвідування виставок, фестивалів підвищується рівень освіченості підлітків, створюються нові туристичні продукти. Специфіка шкільного туризму першочергово полягає в його економічній складовій: школярі за браком коштів економлять на всьому, починаючи з транспорту, закінчуючи місцем проживання та рівнем комфорту. Переважно, що їх цікавить, – це неймовірні враження та знайомства, отримання нових знань та випробувань, нові відчуття. Тому пропонований туристичний продукт для школярів повинен бути відносно недорогим, проте сповнений духом авантюризму і пригод. Туризм розвиває у школярів сильну фізично та духовно особистість, майбутнього захисника та патріота своєї країни. У наступних видах активного туризму, походи в ліс, як сходження в гори, сплави по річках, у школярів розвиваються важливі фізичні якості та специфічні такі як: сила волі, цілеспрямованість, сміливість, навички виживання в незвичних, некомфортних умовах та почуття патріотизму. Щоб навчитися любити свою країну, її треба знати: побувати в унікальних природних ландшафтах, пам'ятка архітектури, познайомитися з культурами та цінностями інших народів.

В останні роки вітчизняні науковці звертають ваю увагу на різним аспекти молодіжного і шкільного туризму, а саме: визначення притаманних йому специфічних ознак та особливостей; проблем та перспектив його розвитку; впровадження різноманітних досліджень соціологічного характеру з метою виявлення переваг і потреб туристів-школярів тощо.

Мета дослідження: теоретичний пошук та емпіричний аналіз проблем молодіжного туризму і тенденції розвитку сучасного шкільного туризму.

Завдання дослідження:

1. Розглянути суть, зміст, функції та види шкільного туризму в системі туристичної індустрії.
2. Вивчити організацію шкільного туризму на прикладі Оршовецького ліцею.
3. Дослідити показники фізичної працездатності та психоемоційного стану школярів, які займаються спортивно-оздоровчим туризмом в навчаному процесі

та в позанавчальний час.

Об'єкт дослідження - шкільний туризм в системі шкільної та позашкільної освіти.

Предмет дослідження - роль і місце шкільного туризму в системі сучасної шкільної освіти.

Гіпотеза дослідження полягала в тому, туристична діяльність повинна сприятливо впливати на психоемоційний стан школярів. Після походів зазвичай покращується самопочуття, діти мають стати більш уважнішими, активнішими та задоволеними. У зв'язку з цим успішність школярів повинна зрости.

Для вирішення поставлених завдань застосовано такі **методи дослідження**: теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури та аналіз документальних матеріалів; метод системного аналізу; педагогічні методи дослідження; соціологічні методи дослідження; метод емпіричного дослідження; психодіагностичний метод; метод експертної оцінки та метод математичної статистики.

Теоретична значущість кваліфікаційної роботи полягає в тому, що результати дослідження можуть бути використані для подальшого вдосконалення системи туризму у загальноосвітніх закладах.

Практична значущість отриманих результатів полягає у розробленні тестових завдань по засобам спортивно-оздоровчого туризму у фізичному вихованні учнівської молоді, та оцінці психоемоційного стану школярів.

Особистий внесок магістра: самостійний вибір напрямку дослідження, мети, завдань і методів; розробка тестів для школярів та питань з відкритими відповідями для вчителів по засобах спортивно-оздоровчого туризму у фізичному вихованні учнівської молоді; проведення педагогічного експерименту, опрацюванні даних, формулювання висновків, оформлення магістерської роботи.

Апробація та впровадження результатів. Матеріали досліджень оприлюднено матеріалах студентської наукової конференції ЧНУ. Факультет

фізичної культури та здоров'я людини. Чернівці. Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2024. С. 7-8.

Структура та обсяг роботи – магістерська робота викладена на (62) сторінках друкарського тексту та містить: вступ, три розділи, висновки, список літератури (55 джерел) та 3 додадки.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ШКІЛЬНОГО ТУРИЗМУ ТА ЙОГО РОЗВИТОК

1.1. Поняття шкільний туризм, його роль, зміст і основні напрямки діяльності

В загальному розумінні під шкільним туризмом прийнято вважати тимчасові виїзди, виходи школярів в групі, з батьками або родиною, індивідуально в групах з дорослими туристами або тимчасове їх проживання в сім'ях іноземців.

Дитячо-юнацький туризм існує сьогодні в формах, які передбачають активний рух за маршрутом (спортивний і експедиційний туризм) і в формах екскурсійних поїздок, організованих з метою огляду природних або культурних пам'яток.

Переважає більшість сучасного молодого суспільства прагне до здорового способу життя, це виражається в тому, що громадяни нашої держави активно проводять власне дозвілля, переміщаючись в наш час, на жаль переважно в західних регіонах нашої держави, поєднуючи своє дозвілля з пізнанням і оздоровленням. Природно думати, що подібний стиль відпочинку вони бажають організувати і для власних дітей.

Самі сучасні школярі, наділені природною жагою до пізнання, отримання знань, підвищеною, по відношенню до дорослих, руховою активністю, прагненням розширити власний кругозір через навчання за шкільною програмою та завжди проявляють інтерес до подорожів різноманітного характеру [7]. Найчастіше їх потреби та інтереси збігаються з інтересами батьків, саме тоді утворюється сімейний туризм – найкращий вид активного відпочинку.

Оскільки туризм надає гарні можливості організовувати дозвілля школярів з одночасним поєднанням відпочинку з оздоровленням та пізнанням, саме за таких обставин сучасне суспільство повинно бути зацікавленим в розвитку шкільного туризму. Перебуваючи далеко від дому і піклування батьків та сім'ї, школяр відчуває і розуміє непереоціненне значення колективу, вчиться

приймати самостійні рішення та нести за них відповідальність, відчуває вплив позитивно-моральних якостей оточуючих, здійснює оцінку цих людей і порівнює себе з ними. Саме через такі відчуття учасників різноманітних видів активного туризму, він надійною та ефективною формою виховного процесу [54].

Більш важливим є юнацький туризм з соціальної боку зору, надає унікальні можливості досконало дослідити та практично пізнати історичну складову та культурну спадщину своєї батьківщини та інших країн, розбудити в молоді національну самосвідомість, виховати терпимість та повагу до звичаїв і побуту різних меншин та народів, що проживають в нашій країні та по за її межами [33].

Подорожі відіграють важливу роль у всебічному розвитку особистості. Саме поїздки, походи та екскурсії надають молодому поколінню можливість підвищити інтелектуальний рівень, розвинути спостережливість і здатність відчувати красу оточуючого світу. Освітня функція туризму школярів полягає в тому, що під час подорожей закріплюються шкільні знання з географії, історії, суспільствознавства, соціології, політології, купуються нові знання. Школяр під час подорожей знайомиться з культурою і звичаями різних народів, вивчає рідний край, поповнює знання в галузі краєзнавства.

Найбільш важливою функцією туризму, на думку багатьох вчених, є оздоровча функція [47]. Зміна звичної обстановки, вплив природно - середовищних факторів на організм підлітка, підвищена рухова активність, розвиток можливостей адаптації в складних умовах зміни клімату, застосування активних способів пересування, найрізноманітніших рухових дій, дотримання правил особистої гігієни в умовах самоконтролю сприяють зміцненню здоров'я дитини, підвищення функціональних можливостей його організму. Туризм також є важливим як засіб позбавлення від різних видів фізичної втоми, різноманітних стресів та напруги психологічної. Варто відзначити вплив молодіжного туризму на розвиток в молодому поколінні самодисципліни та комунікабельності, різноманітних адаптацій до сучасних умов життя [31].

Шкільний туризм, а особливо самодіяльний активний, заняття яким включають в себе підготовку, здійснення і підведення підсумків самодіяльних подорожей, а також підготовку і участь в туристичних змаганнях, має оздоровчі, освітні та виховні ефекти:

- оздоровлення. Розмір оздоровчого ефекту від занять туризмом залежить від наявності наступних компонентів занять: фізичної активності, позитивних емоцій, збалансованого харчування і чистого, багатого фітонцидами повітря;

- пізнання нового. Знання, отримані на практиці, в процесі діяльності є найбільш глибокими. Відбувається закріплення теоретичних знань і умінь;

- патріотизм. Організування подорожей по рідній країні є автентичним способом виховання патріотизму;

- громадянськість. Учасники самодіяльної подорожі в процесі його підготовки, проведення та підбиття підсумків вступають один з одним в складноорганізовані функціонально-рольові взаємини, що можуть називатися громадськими. Самодіяльність подорожі передбачає самоврядування туристських об'єднань. У такій ситуації будь-яка похідна група може представлятися осередком громадянського суспільства, туристичний клуб – більш великим і більш складним осередком, заняття туризмом - школою громадянськості;

- соціальна адаптація. Розвиток адаптивних здібностей відбувається у мандрівників вже в процесі громадянської (міжособистісної) взаємодії, але не обмежується тільки ним. Велику роль відіграє незвичність похідного побуту для жителів міст і великих селищ. Їм, адаптованих в урбанізованому соціумі, доводиться перевчатися, адаптуючись до життя в природному середовищі. Найціннішою в результаті цього процесу виявляється не адаптованість до конкретного способу життя, а перевірена і протренована здатність перевчатися;

- професійна орієнтація. Всі результати занять з туризму мають великий практичний ефект і високу конвертованість. Конкретні навички та вміння орієнтують туриста по спектру польових експедиційних спеціальностей

(геофізик, геолог, еколог і т.д.), дають уявлення про діяльність польових військових і цивільних (МНС і т.д.) підрозділів [8; 15].

Молодіжний туризм, а особливо спортивно-оздоровчий – це одна з найефективних сучасних технологій оздоровлення, які формують у підростаючого покоління здорового способу життя та в цілому суспільства, що має значне державне значення [25].

З великою переконливістю можна зазначити, що учнівський туризм достатньо важливий засіб, за допомогою якого передаються підпостачим поколінням накопичений життєвий досвід людства і матеріальної та культурної спадщини, формування стабільного морального і фізичного покращення здоров'я, правильних ціннісних орієнтацій та культурного розвитку українського суспільства, правильний шлях особистісної соціалізації [42].

Туристська робота в школі дуже різноманітна по формах. Треба намагатись використовувати в школі всі види форм туристичних занять школярів, так як тільки в такому випадку максимально задовольняються різні інтереси дітей, а також залучати більшу кількість школярів до занять туризмом, побудувати в школі розгалужену роботу туристично-краєзнавчої діяльності [23].

Досліджуючи туристичні форми фізкультурно-масового напрямку роботи в ЗЗСО було встановлено, що в варто використовувати наступні форми:

1. туристичні походи;
2. гурнти туристичного спрямування;
3. туристичні змагання;
4. різноманітні екскурсії;
5. краєзнавчі конкурси та екскурсії;
6. ігри краєзнавчого спрямування за короткотривалими програмами;
7. теоретичні краєзнавчі вікторини;
8. профільний туристичний табір (спортивне орієнтування, похід);
9. конкурси: емблем, художньої самодіяльності, кухарів, «бойових листків», стегазет про похід та інші;
10. конкурси туристичної пісні та художньої самодіяльності [15].

Створювати туристичний гурток доречно в ЗЗСО, будинках і палацах творчості, туристичних гуртках за місцем проживання, з метою заосвоєння школярами теоретичних і практичних навичок. Подібні форми гурткової роботи працюють по учбово-тематичних планах і програмах, підготовлені центральною дитячою туристично-екскурсійною базою чи за програмами відповідних авторів [28].

Функціонують туристичні гуртки спортивного профілю (за певними видами спорту: пішохідного, лижного, водного тощо). Керувати гуртком здатен педагог, працівник позашкільного навчання, громадський працівник або туристичний організатор. У гурток зазвичай налічує до 20 школярів. Учасники гуртка разом з керівником складають перспективний річний план занять, який поряд з подорожами та походами обов'язково налічує до них підготовку і підведення підсумків роботи [45]. Заняття в такому гуртку проводяться від 2 до 3-х разів на тиждень. Основні види роботи об'єднують заняття теорії (бесіди, конференції, доповіді, реферати), різнопланові заняття практичної спрямованості, різноманітні тематичні екскурсії, одно та багатоденні тренувальні походи.

Туристичні змагання можуть включати проходження різної складності маршрути або траси) з подоланням штучних і природних перешкод, виконання, необхідних в поході, технічних прийомів із застосуванням туристичного обладнання, виконання спеціальної тактики та техніки запланованих завдань. Метою туристичного змагання є оптимізація майстерності молодих туристів, виявлення командних можливостей, теоретичний та практичний обмін досвідом, пропаганда туристичних походів [24; 52]. Для того щоб підготовка та проведення туристичних змагань відбувалась на належному рівні, створюється оргкомітети на чолі з керівником відповідної організації, яка проводить змагання, або інших відповідальних фахівців. Основні обов'язки оргкомітету – розробка відповідного «Положення про туристичні змагання», комплектування суддів, які будуть обслуговувати змагання, матеріальне та технічне забезпечення, організація та розміщення, харчування і медичне обслуговування учасників туристичних

змагань і суддів, підготовка та належне обшитування місць розташування і місць збереження інвентарю та транспортних засобів, забезпечення відповідною інформацією про проведення заходів в засобах масмедіа та інтернет ресурсах. Проведення туристичних змагань покладається безпосередньо на суддівську колегію [30].

Рівень технічної підготовленості учасників і кваліфікації суддів має відповідати масштабу та класу туристичних змагань. Виділяють районні, міські та обласні змагання загальних закладів середньої освіти. Клас змагань встановлюється кількістю дистанцій, складністю і кількістю перешкод які треба подолати, довжиною траси та перепадами висот, а також числом та складністю технічних і тактичних завдань відповідно 4 класу туристичних змагань від найлегшого (1 клас), до най важчого (4 клас). Хід туристичних змагань зазвичай поділяється на відповідні етапи, подолати які необхідно за відведений час. Наприклад, такими етапами можуть бути подолання природної чи штучної перешкоди, правильне виконання відповідної техніки, що пов'язана із способом пересування, чи спеціальне завдання (розбиття табору, надання домедичної допомоги, правильне визначення власного місцезнаходження) [20; 22]. Дистанція залежить від виду туризму та кваліфікації учасників туристських змагань. Крім змагальної частини, програма туристських змагань може включати різноманітні конкурси: емблем, художньої самодіяльності, кулінарів, «бойових листків», газет про похід тощо [12].

Самою доступною і масовою формою туризму є похід [39].

Туристичний похід - це подорож з активним способом пересування у віддалених від місця проживання районах, що здійснюється з освітньою, оздоровчою, спортивною, дослідницькою метою [8].

Прогулянка - це пересування на місцевості з освітньою, оздоровчою метою, а також для загартування організму. Залежно від пори року та фізичної підготовки людини, прогулянки можуть бути пішими, лижними, велосипедними або водними. Це найпростіший і найдоступніший короткостроковий вид туризму [17].

Екскурсія - це колективне відвідування певних об'єктів з освітньою або науковою метою. Екскурсії також спрямовані на розширення кругозору та загальний культурний розвиток людини. Екскурсії бувають пішохідні та виїзні [2].

Краєзнавчі конкурси можуть відбуватись в очному чи заочному форматах. Очні відбуваються в другій половині дня до 90 хв. максимум, заочні – в будь-який час доби та року за завданнями чи матеріально-технічним обладнанням туристичної станції [34].

Краєзнавчі ігри. Ігри для короткострокових програм, фінальні. Проводяться переважно очно між командами шкіл з метою виявлення отриманих знань та розвитку інтересу до краєзнавчої діяльності [21].

Краєзнавчі вікторини можуть бути очного і заочного формату. Основною метою яких є закріплення отриманих практичних знань за вивченими програмами, збільшення зацікавленості інтересу школярів до краєзнавчої діяльності, збільшення інтересу до пізнання рідного краю самотужки. Переважно вікторини присвячуються найяскравішим сторінкам історії рідного краю [24].

Профільний туристичний табір. Проводиться переважно після закінчення навчального року. Тривалість роботи табору 10-14 днів. Переважно організовується в природних умовах. З метою закріплення практичних навичок по вивченим програмами і поведінки в природі. Крім того переслідується мета: вміння працювати в колективі; відповідальність за доручену справу; розвиток вольових якостей і т.д.

Колишня система управління туризмом зз здобуттям Україною незалежності була зруйнована. Великий масив проблем, пов'язаних з економічною кризою, глобальною перебудовою системи управління державою, позначилися також на галузі спортивно-оздоровчого туризму, який в ці важкі для держави роки втратив свою популярність серед населення [18; 37].

Проте сучасна історія спортивного-оздоровчо туризму засвідчує, що масовим туриський рух відбувається лише за умов сталої економіки, коли створюються відповідні умови життя матеріального спрямування та

забезпечується поступове збільшення реальних доходів населення. Відсутність планомірного фінансування з боку держави призвела до значної структури в управлінні спортивно-оздоровчим туризмом, ті зв'язки, що існували раніше, в переважній більшості припинили своє існування.

Організацією, яка перейняла функції координаційної діяльності спортивного-оздоровчого туризму, є Міжнародна туристсько-спортивна спілка (МТСС), яка створена в 1990 році на засадах громадської організації та є правонаступницею Управління самодіяльного туризму при центральній раді по туризму та екскурсіях. Основні напрямки роботи які здійснює МТСС – загальна координація стратегій розвитку спортивно-оздоровчого туризму в Україні, побудова єдиного туристичного правового простору, розробка та впровадження регламентуючих нормативних документів, відновлення старих та створення нових міжнародних туристичних маршрутів, проведення ярмарків міжнародного формату з рекламування туристичних послуг [38, 39].

Головна ознака спортивно-оздоровчого туризму – це різноманіття форм і багата варіантність програм щодо шляхів розвитку та організації: чемпіонати, походи зі спортивною метою, експедиції, змагання тощо. Доступність для широкого населення та участі держави в спортивно-оздоровчому туризмі сприяє розвитку масовій, особливо для молоді, участі в пізнавальн-природничих походах, експедиціях та різноманітних туристичних видах з активним пересуванням на маршрутах різної складності [40, 46].

Сьогодні в нашій державі сформований висококваліфікований кадровий потенціал працівників спортивно-оздоровчого туризму, а також величезний громадський актив. Методичними центрами розвитку та організаціями різного типу спортивно-гооздоровчо профілю туризму є туристичні секції і клуби, які діють в різних ЗЗСО, також функціонує спеціалізована контрольно-рятувальна служба.

1.2. Сутність молодіжного туризму та його значення

Серед різноманітних засобів, що сприяють формуванню нової людини, особливе місце належить туризму і краєзнавства, яка займає міцні позиції в навчально-виховному процесі в школі, у позашкільних та дошкільних установах, які здійснюють роботу з дітьми за місцем проживання, в сімейному вихованні. Поставлені завдання у справі виховання підростаючого покоління туризм і краєзнавство вирішують за допомогою специфічного змісту, форм і методів [16]. Пов'язано це з тим, що туризм і краєзнавство в сучасному їх розумінні - це фізичний розвиток, оздоровлення і пізнання навколишньої дійсності, формування цінних духовних якостей особистості.

Широке залучення школярів до туристичної діяльності розпочинається в переважній більшості в ЗЗСО. З метою покращення ефективності орієнтації та відбору школярів для занять туризмом функціонує загальноприйнята програма спортивно-масових заходів в середині школи, які організовують вчителі фізичної культури за підтримки фізкультурного активу, педагогічного колективу, батьківського комітету та установ додаткової освіти [40].

Залучення учнів загальноосвітніх шкіл в туризм тісно пов'язане з оволодінням знаннями з краєзнавства, природознавства, картографії, історії, а також з пошуково-дослідницькою роботою з метою збору матеріалів для шкільного музею. Ці знання обумовлені загальною програмою навчання в загальноосвітній школі [36].

Однією з найважливіших частин роботи по залученню учнів до туризму є агітаційно-пропагандистська діяльність шкільного активу (роз'яснення і пропаганда туризму на уроках, у пресі, по радіо, на туристських вечорах). Головною умовою підвищення інтересу учнів до туризму є формування свідомого ставлення до навчально-виховного процесу з туризму. Участь членів туристських секцій у суспільно корисних заходах значною мірою сприяє формуванню єдиного колективу. Тільки в цьому випадку в учнів формується усвідомлена потреба в туризмі. Роль вчителя в орієнтації учнів полягає в тому, щоб послідовно розкривати перед ними нові форми і методи туристської роботи,

підтримувати творчість та ініціативу, враховуючи індивідуальні особливості учнів. Важливу роль у цьому відіграє сімейний туризм [21, 48].

Навчання туризму як спрямований процес має забезпечувати:

- початкове оволодіння технікою пересування на місцевості (маються на увазі різні види пересування з подоланням природних перешкод);
- засвоєння умінь, необхідних для організації побуту в польових умовах;
- ознайомлення зі способами ведення суспільно корисної роботи в походах;
- формування основ знань картографії та топографії, краєзнавства та природознавства. Навчати всього перерахованого необхідно в тісному взаємозв'язку з вихованням учня як всебічно гармонійно розвиненої особистості [4].

У сучасному світі, де динамічно розвивається сфера послуг, туризм є одним з найбільш перспективних і прогресивних напрямків даної галузі та секторів економіки [14]. Таким чином, все, що пов'язано з розвитком туризму, автоматично стає актуальним і затребуваним як на теоретичному, так і на практичному рівнях.

Джерелом динамічного розвитку молодіжного туризму в сучасному світі є глобалізація, яка в певному сенсі зробила державні кордони умовними з тієї точки зору, що представники різних культур і держав можуть вільно спілкуватися, взаємодіяти, як безпосередньо, під час туристичних подорожей, так і за допомогою мобільного та цифрового зв'язку, обмінюючись культурним досвідом, що не можна було уявити ще півстоліття тому [13].

Туризм стає однією з провідних галузей світової економіки, забезпечуючи мільйони робочих місць по всьому світу. Також зі збільшенням вільного часу та спрощенням візових формальностей, що, в свою чергу, значно здешевило вартість подорожей, набув популярності молодіжний туризм.

Під поняттями «молодіжний туризм» або «шкільний» туризм варто вважати, різновиди туризму, головна мета якого задовільняти потреби молодого покоління [11]. Згідно Закону України «Про сприяння соціальному становленню

та розвитку молоді в Україні» – молодь, молоді громадяни – громадяни України віком від 14 до 28 років [18].

Прийнято вважати, що молодь - це та категорія туристів, яка найменше звертає увагу на рівень сервісу та якість продукту. Водночас вона приділяє велику увагу помірним цінам, ергономічності та культурним програмам, які можуть задовольнити туристичні потреби цієї вікової групи. У свою чергу, цей вид туризму може бути як комерційним, так і соціальним одночасно, враховуючи характер ціноутворення на послуги [27]. Отже, молодіжний туризм - це в переважній більшості сегмент туристичного ринку, який орієнтований на молодь.

Враховуючи призначення цього виду туризму, його основною метою є особистісний розвиток та оздоровлення, планування дозвілля тощо.

Для кращого розуміння молодіжного туризму необхідно розглянути оптимальні варіанти отримання основних туристичних послуг споживачами аналізованої вікової групи.

Безумовно, одним з головних чинників розвитку будь-якого виду туризму є засоби розміщення туристів. Прихильники молодіжного туризму найчастіше користуються хостелами під час своїх подорожей [19].

Хостел-рух в Україні почав активно розвиватися відносно недавно, тому точно визначити кількість таких закладів складно. У 2019 році кількість ліжко-місць у європейських хостелах зросла на 20% порівняно з попереднім осіннім сезоном. Однак це не завжди позитивна новина, оскільки збільшення місткості відбувалося шляхом додавання додаткових ліжок у вже існуючі номери. Відповідно до стандартів Міжнародної асоціації молодіжних хостелів, на одну особу має припадати не менше 5 м², відстань від спинки двоярусного ліжка до стелі – не менше 75 см, розмір ліжка – не менше 80 на 190 см, а відстань між ліжками – не менше 75 см. Хостел повинен мати один туалет на 12 осіб, один умивальник на шість осіб і одну душову кімнату на 15 осіб [1]. Хостел, по можливості, повинен бути обладнаний повноцінною кухнею, пральною та іншими зручностями, а також мати кімнати для зустрічей і вечірок. Однак у

нашому випадку ці вимоги не повністю виконані: наприклад, у нас є двоярусні ліжка та кімнати, розраховані на 12 і більше місць. Що стосується площі на одну особу, то існує законодавча невідповідність, адже за ДСТУ 4268 "Засоби розміщування", площа житлової кімнати для однієї людини в будинках цілорічного використання повинна бути не менше 6,0 м² [35].

Засоби розміщення повинні бути оснащені санітарними вузлами загального користування, причому на кожні десять осіб має припадати один туалет, один умивальник і один душ, з окремими приміщеннями для чоловіків і жінок [3]. Через відсутність уніфікованих вимог до засобів розміщення важко очікувати від власників хостелів суворого дотримання норм, визначених національним стандартом. Однак молодь зазвичай не приділяє цьому особливої уваги. Тому хостели вважаються молодіжними готелями, хоча вікових обмежень на проживання в них немає — там можуть зупинятися як діти у супроводі дорослих, так і люди інших вікових категорій [50].

Представники галузевих асоціацій, що контролюють дотримання стандартів хостелів, зазначають, що "ущільнення" здебільшого торкнулося тих молодіжних готелів, які працюють "автономно" і не входять до міжнародної асоціації хостелів. За останніми оцінками європейських експертів, лише 30% таких хостелів в ЄС є асоційованими. Водночас, лідери асоціацій не готові гарантувати дотримання стандартів усіма членами, тому навіть у хостелах асоційованих членів може виникати проблема "ущільнення".

Щоб отримати статус хостелу, важливо також пропонувати туристичні програми, адже однією з основних цілей хостелу є надання можливості туристам дізнатися щось нове й цікаве. Вартість проживання в хостелах залежить від місткості кімнат, кількості спальних місць і розташування. У багатьох країнах існують дисконтні картки або класифікація цих об'єктів як "готелі" для молоді.

Що стосується українських туристів, за даними туроператорів, вони користуються картками Міжнародної асоціації хостелів та міжнародними ID-картками. Проте в Україні "молодіжний туризм" поки що не є чітко сформованим, оскільки на ринку переважають пропозиції сімейного відпочинку

або тури вихідного дня. Через це українська молодь часто змушена самотійно планувати та організовувати власні подорожі.

Проаналізуємо основні тематичні напрямки молодіжного туризму [6]. Фестивалі наразі є одним з найпопулярніших туристичних напрямків для сучасної молоді. Під цим поняттям слід розуміти культурно-мистецькі заходи, відкриті для всіх напрямів і жанрів мистецтва, професійних та аматорських художніх колективів, окремих виконавців, що проводяться з метою сприяння розвитку академічного, традиційного народного та сучасного мистецтва, професійної та аматорської творчості, популяризації етнокультурних традицій регіонів України.

Різноманітні туристичні фестивалі можуть не тільки привернути увагу публіки до молодих музикантів або викликати зацікавленість до немейнстрімних видів мистецтва, але і зробити туристичні регіони України більш туристично привабливими. Основними учасниками фестивалів є молодь, адже основною метою подібних заходів є виховання молоді в контексті національних традицій, патріотизму та духовності, формування якісно-свідомої громадянської позиції, створення усіх умов самореалізації молодих людей, заохочення стосунків між молодіжними лідерами з різних регіонів України. Умови перебування на території проведення подібних заходів зазвичай у вигляді наметових містечок, на берегах водойм, з відривом від благ цивілізації, що додає романтизму та відчуття пригод [44].

Спортивні події можуть мати такі напрями: спортивно-рекреаційний напрям – коли метою є популяризація рекреаційної зони, знайомство з різними видами екстремального туризму (зокрема водного, пішого, вело- та автотуризму), пропагування активного здорового способу життя, сприяння задоволенню моральних, естетичних та творчих запитів людини.

Спортивно-розважальний напрям – коли основною метою є популяризація та розвиток таких видів спорту як армреслінг, стронгменінг. Ці види спорту пропагуються завдяки поєднанню з іншими діями, кожний турнір – подія, що приваблює тисячі глядачів.

Спортивнотрадиційний напрям – коли основною метою є популяризація того чи іншого виду спорту, формування культури перегляду спортивних баталій, формування загального іміджу території проведення спортивних змагань.

Види дитячого туризму.

Як соціально-економічне комплексне розуміння туризм можна класифікувати за багатьма критеріями: формами організації; програмними цілями подорожей; віковим показником або кількістю учасників тощо [41].

За такої позиції туризм можна розподілити на:

- виїзний, в'їзний;
- внутрішній;
- комбінований.

На практиці всі ці види дитячого туризму зустрічаються як окремо, так і в поєднанні один з одним. На сьогоднішній день існує декілька основних видів дитячого туризму, а саме:

1. Внутрішній туризм:

- екскурсії зі школярами;
- самодіяльні шкільні обміни;
- спортивно-туристські змагання;
- дитячі тури на комерційній основі з пізнавальною та рекреаційною метою;
- відпочинок або оздоровлення на базі дитячих таборів.

2. Виїзний туризм:

- заохочувальні, освітні, ділові виїзди для талановитих школярів, переможців різних конкурсів та олімпіад
- організація міжнародних обмінів;
- рекреаційні та пізнавальні тури комерційного характеру;
- виїзди в міжнародні дитячі центри.

3. За цілями подорожей види туризму виділяються наступні:

- рекреаційний;
- пізнавальний;

- оздоровчий;
- спортивний.

4. Також школярів за тематичними напрямками пізнавальні подорожі можна розподілити на:

- екологічні;
- етнографічні;
- історичні;
- геологічні.
- археологічні та інші види виїздів [20].

5. За способом організації туристські подорожі підрозділяються на:

- самодіяльні;
- планові.

Самодіяльний туризм за способом активного пересування класифікується на: водний, пішохідний, велосипедний, лижний, гірський, спелеологічний, автомото туризм, комбінований [9].

Відносно статистичних даних найбільший розвиток мають наступні види туризму, як пішохідний, лижний, гірський, водний туризм та скелелазіння. В окремих регіонах України поширеності набув спелеотуризм.

Стосовно тривалості подорожей і походів розрізняють:

- одна-дводенні;
- багатоденні.

Також спортивно-туристські виїзди за ступенем складності поділяють на:

- некатегорійні;
- категорійні походи (1, 2, 3 ступеня складності).

Самодіяльно організовані походи зі школярами налічують нормативи, які обмежують підготовку та вік учасників.

Наприклад, діти з 7 років допускаються до участі в навчальних походах з одним керівником на 6 учнів, учні з 12 років допускаються до участі в походах 1-ї категорії складності, а з 14 років - 2-ї категорії, з керівником, який

супроводжує 12-15 дітей. Походи 3-ї категорії складності призначені для учнів від 15 років у супроводі одного керівника на 8-12 осіб [10].

Існує особливість класифікації у дитячому туризмі на основі критерію як сезонність, на основі якої виділяють:

- сезон - канікулярний період (осінь, зима, весна - 8-12 днів, літо - 3 місяці);
- міжсезонний.

Сьогодні в Україні в галузі шкільного туризму працюють одночасно комерційні та некомерційні організації [29].

Складовими комерційної сфери є туристичні фірми, туристичні бази і приватний сектор, який надає послуги. Проте, діяльність комерційних структур першочергово спрямована на отримання прибутку та відбувається в умовах ринкової конкуренції на ринку дитячого туризму.

Некомерційна сфера налічує:

- державні та муніципальні органи управління;
- державні та муніципальні освітні установи, а також установи позашкільної освіти;
- самодіяльними туристські клуби, спортивні секції, шкільні громадські організації.

Робота неприбуткових організацій не пов'язана з отриманням фінансового прибутку і здійснюється за рахунок бюджетних асигнувань та/або залучених коштів, у тому числі батьківської плати.

Наразі існує також змішаний тип організації дитячого туризму, який поєднує державні субсидії з фінансовими інвестиціями з боку українських та міжнародних комерційних асоціацій, фондів та спілок.

Органи управління освітою та (меншою мірою) комітети з питань фізичної культури і спорту є державними та муніципальними органами управління, які традиційно розвивають дитячий та молодіжний туризм. В останні роки до реалізації програм розвитку дитячо-юнацького туризму залучаються також органи у справах молоді та управління (відділи тощо) з питань туризму, а також

органи змішаного типу, такі як Комітети у справах молоді, спорту та туризму [55].

ЗЗСО сьогодні, як правило, також включають у свої навчальні програми елементи туристичної діяльності.

Позашкільні навчальні заклади можна поділити на загальноосвітні та спеціалізовані. Вони функціонують або на базі шкіл та інших загальноосвітніх навчальних закладів, або у власних приміщеннях [38].

До першої категорії належать численні туристичні гуртки та секції, які діють при різнопрофільних закладах додаткової освіти (палацах, будинках та центрах дитячої творчості).

До спеціалізованих закладів належать станції юних туристів та центри дитячого туризму. У більшості регіонів такі центри наразі включають також суміжні напрямки діяльності, такі як краєзнавство, екологія тощо [49].

Ще одна категорія спеціалізованих закладів - дитячі туристичні бази. Частина баз зберегла свій державний або комунальний статус, інші були приватизовані в 1990-х роках і стали приватними, але не припинили роботу зі школярами. Як правило, відпочинок та оздоровлення в цих закладах організовується через продаж путівок, причому покупцями виступають як органи управління освітою, так і органи соціального захисту та молодіжні установи. Деякі дитячі туристичні бази фінансуються за рахунок коштів фонду соціального страхування [43].

Серед громадських організацій, що розвивають дитячий туризм, можна також виділити спеціалізовані громадські організації (туристичні клуби) і багатопрофільні об'єднання (військово-патріотичні, скаутські організації і т.д.). Відповідно до чинного законодавства, громадські об'єднання можуть або діяти без реєстрації, або реєструватися як самостійні юридичні особи.

Від гуртків або секцій, які працюють в установах додаткової освіти, такі громадські об'єднання відрізняються наявністю власних нормативних документів і виборних органів управління і контролю, більш різноманітними формами і напрямками діяльності, які виходять за рамки тільки освітнього

процесу. Метою діяльності такого об'єднання стає не просто отримання учнями якогось обсягу знань, умінь і навичок, а виховання і ефективна соціалізація молодого покоління [53].

Останнім часом стали з'являтися і туристичні клуби, що мають статус юридичної особи, організаційно-правову форму громадського об'єднання, але по суті працюють як туристичні фірми, тобто організовують туристичні маршрути і продають туристичні путівки.

Від комерційних туристичних фірм діяльність такого клубу - громадського об'єднання відрізняється тим, що отримується від реалізації путівок прибуток не може ділитися між засновниками і членами об'єднання, а повинна використовуватися тільки на реалізацію статутних цілей клубу. У той же час така форма реєстрації не виключає виплат заробітної плати штатним і задіяним фахівцям, придбання туристичного обладнання, екіпірування, спорядження. Громадське об'єднання має право користуватися земельними ділянками, орендувати або купувати нерухомість, в тому числі будівлі, споруди, автотранспортну техніку, інші засоби пересування типу човнів, байдарок і т.д [32].

Ці громадські об'єднання поряд з туристичними фірмами ліцензуються як туристські оператори і туристичні агенти і користуються на туристичному ринку тими ж правами і обов'язками, що і комерційні структури.

1.3. Організаційно-педагогічні особливості шкільного туризму

Організація туристично-спортивної діяльності в освітніх установах дозволяє одночасно здійснювати п'ять складових педагогічного впливу: виховання, навчання, оздоровлення, професійної орієнтації, соціальної адаптації учнів.

Туризм як форма активного відпочинку і додаткової освіти корисний кожній дитині. Мало сказати - корисний, він необхідний кожній особистості, що розвивається, бо, як сказав Гете - «Без мандрів не створюється жодна

індивідуальність». Безсумнівно, туризм в системі позаурочної роботи повинен культивуватися абсолютно в кожній школі [37].

Звідси виникає думка: кожному учню, незалежно від його схильностей, бажань, захоплень школа за роки навчання повинна дати деяку порцію туризму. Незалежно від підходу до туризму адміністрації та вчителів в школі завжди є деяка кількість дітей, які в потенціалі мають особливий, підвищений інтерес до туризму для яких він, за певних умов, може стати впливовим захопленням, здатним заповнити велику частину їх вільного часу. Школа не повинна залишити без уваги і цих дітей, вона повинна задовольнити їх особливий інтерес до туризму - створити для них гуртки, секції, клуби юних мандрівників.

Яким має бути кількість туризму в школі?

Два певних висновка можна зробити як безперечні:

1. кількість повинна визначатися з урахуванням біфуркації, тобто бути різним для дітей, що займаються в туристичних гуртках і для решти маси учнів - для класного туризму;

2. кожна школа повинна сама для себе визначати кількісну сторону туризму (і за кількістю власне походів, і за різноманітністю культивованих форм цієї роботи) з урахуванням трьох таких умов:

- педагогічної доцільності;
- учнівської потреби;
- учительській можливості [26].

Таким чином, в школі фактично має бути два види туризму. Один як обов'язковий для всіх класів «класний туризм», але мінімальний за обсягом. Інший - для любителів подорожувати, для захоплених краєзнавством, як заняття в гуртках за інтересами «гурткової туризм». Обидва ці туризму різняться за багатьма параметрами: обсягом переміщень, регулярності, складності та різноманітності форм заходів, глибині вивчення туризму і, звичайно, по контингентам дітей, що втягуються в туризм.

Прийнятними для всіх шкіл країни, ймовірно, можуть бути норми кількості туризму в класах, що містяться в положенні про туристично-краєзнавчу роботу

в школі, а саме - по 2-3 похода в рік. При цій нормі кожен учень за час навчання в школі візьме участь в 27 одно-дводенних походах. Такі норми, можуть бути, трохи нижче можливих, але вони середні і реально досяжні школою [51].

В гуртковому туризмі кількісна сторона визначається навчальним планом, програмою.

Туризм, як все на світі, вимагає праці. Отже, і у туризму є дві сторони - «виробництво» і «споживання».

Споживчим змістом туризму є все те, що він дає (може дати) людині - той очікуваний результат, заради якого людина вступає на туристську стежку. Цей «споживчий кошик» туризму складають:

1. радісні переживання (емоційність);
2. цікава, корисна інформація (пізнання);
3. зміцнення здоров'я, фізичний розвиток;
4. яскраві враження (сприйняття);
5. різного роду корисні вміння та навички [5].

Педагогічні чинники туризму різноманітні. Це обумовлено наявністю великої кількості форм і видів туризму. Так як в роботі розглядається самодіяльний туризм, то зупинимося на тому, які педагогічні чинники проявляються в роботі туристичних клубів і шкіл туристичної підготовки різного рівня, в тому числі при проведенні туристичних заходів, таких, як походи, зльоти, змагання і т.п.

Основними педагогічними факторами туристичної роботи є наступні: емоційний вплив, туристське спілкування, самодіяльність, рекреаційних.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

Для вирішення поставлених в роботі завдань нами були використані наступні методи дослідження:

- теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури та аналіз документальних матеріалів;
- метод системного аналізу;
- педагогічні методи дослідження;
- соціологічні методи дослідження;
- метод емпіричного дослідження ;
- психодіагностичні методи;
- метод експертної оцінки;
- метод математичної статистики.

2.1.1. Теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури та аналіз документальних матеріалів

З метою врахування мети та задач магістерського проекту, було проаналізовано та узагальнено дані вітчизняних фахівців щодо особливостей організації дозвілля шкільної молоді, стану залучення школярів до туристичної діяльності; особливостей використання активного туризму шкільною молоддю в рекреаційній діяльності. Цей метод використовувався на всіх етапах дослідження.

Вивчення наукової літератури з питань туризму та рекреації, методики організації та проведення рекреаційної діяльності у школі, форм та видів туристичної діяльності шкільної молоді дало можливість вивчити стан та особливості туристичної роботи сучасних школярів, встановити пріоритетні шляхи для гармонійного та всебічного розвитку особистості. Аналіз ресурсів

мережі Інтернет дозволив опрацювати сучасні підходи до організації рекреаційної діяльності в ЗЗСО України та інших держав.

Вивчено також програмно-нормативні документи щодо організації роботи секції активного туризму загальноосвітніх закладів.

Загалом за темою магістерського проекту було проаналізовано та використано (55) джерел літератури.

Вивчення спеціалізованої та наукової літератури допомогло у формуванні об'єкту, предмету, та завдань дослідження, а результати аналізу літературних джерел дозволили виокремити організаційно-методичні проблеми застосування засобів активного туризму в рекреаційній діяльності шкільної молоді, що дозволило нам визначити завдання дослідження та шляхи їх вирішення.

2.1.2. Метод системного аналізу

Цінність системного підходу полягає в тому, що розгляд категорій системного аналізу створює основу для логічного й послідовного підходу до проблеми прийняття рішень. Ефективність рішення проблем за допомогою системного аналізу визначається структурою розв'язуваних проблем.

Нами використовувалася методика, запропонована Квейдом:

- постановка завдання – включає визначення проблеми, виявлення цілей і визначення границь завдання;
- пошук – включає збір відомостей і визначення альтернативних засобів досягнення цілей;
- тлумачення – побудова системи дослідження;

Метод системного аналізу дозволив забезпечити поглиблений аналіз підходів до реалізації досліджень роботи.

2.1.3. Педагогічні методи дослідження

Нами використовувався такий педагогічний метод як спостереження, який дав нам можливість безпосередньо сприймати поведінку учнів експериментальної та контрольної групи перед дослідженням та після нього. Цей

метод полягав в цілеспрямованому та систематичному сприйнятті різноманітних педагогічних явищ для дослідження їх специфічних змін в певних конкретних умовах, а також наукового пошуку змісту досліджуваних явищ. Педагогічне спостереження характеризувалося присутністю специфічних засобів, реєстрацією педагогічних факторів, які досліджуються з наступною перевіркою отриманих результатів дослідження.

2.1.4. Соціологічні методи дослідження

В зв'язку з відсутністю повної достовірної інформації, яка б дозволила з наукової позиції обґрунтувати шляхи впровадження активного туризму в рекреаційну діяльність шкільної молоді, одне з найголовніших місць в дослідженні займали методи збору первинної інформації - соціологічні методи дослідження. Анкетування використовувалось на другому етапі дослідження. Проведене анкетування, було спрямоване в першу чергу на вивчення інтересів та мотивів до рекреаційно-оздоровчої діяльності та занять активним туризмом школярів 10-11 класів Оршовецького ліцею, що дає змогу підвищити об'єктивність інформації про педагогічні факти, явища, процеси, їх типовість, оскільки передбачає отримання інформації від якнайбільшої кількості опитаних також ми намагалися встановити вподобання в типах та видах проведення вільного часу шкільної молоді.

Анкета включала 9 питань (додаток А).

2.1.5. Метод емпіричного дослідження

Нами було використано такий метод емпіричного дослідження як порівняння, щоб встановити подібність або відмінність вподобань та видів рухової активності школярів десятих та одинадцятих класів, було визначено який вид рухової активності дітям більше імponує, також цей метод допоміг у визначенні причин які заважають школярам займатися рекреаційно-оздоровчою діяльністю.

2.1.6. Психодіагностичні методи

Для дослідження психоемоційного стану школярів використовували методику «САН» [22]. Цей бланковий тест, використовувався нами для оперативної оцінки самопочуття, активності і настрою (по перших буквах цих функціональних станів і названий опитувальник).

Суть оцінювання полягає в тому, що випробовуваних просять співвіднести свій стан поряд ознак за багатоступінчатою шкалою. Шкала ця складається з індексів (1 2 3 4 5 6 7), розташованих між 30 парами слів протилежного значення, що відображають рухливість, швидкість і темп протікання функцій (активність), силу, здоров'я, стомлення (самопочуття), а також характеристики емоційного стану (настрій). Випробовуваний повинен вибрати і відзначити цифру, що найточніше відображає його стан у момент обстеження.

При обробці ці цифри перекоднують таким чином: індекс 1, відповідний незадовільному самопочуттю, низькій активності і поганому настрою, береться за 1 бал; наступний за ним індекс 2 – за 2 бали; індекс 3 – за 3 бали і так до індексу 7 з протилежного боку шкали, який відповідно береться за 7 балів (врахуйте, що полюси шкали постійно міняються).

Отже, позитивні стани завжди отримують високі бали, а негативні – низькі. По цих «приведених» балах і розраховується середнє арифметичне – як в цілому, так і окремо по активності, самопочуттю і настрою. Слід згадати, що при аналізі функціонального стану важливі не тільки значення окремих його показників, але і їх співвідношення. Річ у тому, що у відпочилої людини оцінки активності, настрої і самопочуття зазвичай приблизно рівні. А у міру наростання втоми співвідношення між ними змінюється за рахунок відносного зниження самопочуття і активності в порівнянні з настроєм.

Середній бал шкал, що свідчить про сприятливий стан випробовуваного, знаходиться в області оцінки 5 і вище. Оцінки 4 і нижче вказують на зниження самопочуття, активності, настрою. Низький рівень даних показників вказує на те, що випробовуваний зазнає труднощі в адаптації і потребує допомоги.

Типова картка методики САН

Прізвище, ініціали _____ Стать _____ Вік _____
 Дата _____ Час _____

Необхідно вибрати і відзначити цифру, що найточніше відображає Ваш стан на даний момент (1 - поганий стан, 7 - відмінний стан)									
1	Добре самопочуття	7	6	5	4	3	2	1	Погане самопочуття
2	Почуваю себе сміливим	7	6	5	4	3	2	1	Почуваю себе слабким
3	Пасивний	1	2	3	4	5	6	7	Активний
4	Малорухливий	1	2	3	4	5	6	7	Рухливий
5	Веселий	7	6	5	4	3	2	1	Сумний
6	Гарний настрій	7	6	5	4	3	2	1	Поганий настрій
7	Працездатний	7	6	5	4	3	2	1	Розбитий
8	Повний сил	7	6	5	4	3	2	1	Знесилений
9	Повільний	1	2	3	4	5	6	7	Швидкий
10	Бездіяльний	1	2	3	4	5	6	7	Дієвий
11	Щасливий	7	6	5	4	3	2	1	Нещасний
12	Життєрадісний	7	6	5	4	3	2	1	Похмурий
13	Напружений	7	6	5	4	3	2	1	Розслаблений
14	Здоровий	7	6	5	4	3	2	1	Хворий
15	Апатичний	1	2	3	4	5	6	7	Захоплений
16	Байдужий	1	2	3	4	5	6	7	Схвилюваний
17	Захоплений	7	6	5	4	3	2	1	Засмучений
18	Радісний	7	6	5	4	3	2	1	Печальний
19	Відпочилий	7	6	5	4	3	2	1	Змучений
20	Свіжий	7	6	5	4	3	2	1	Виснажений
21	Сонливий	1	2	3	4	5	6	7	Збуджений
22	Бажання відпочити	1	2	3	4	5	6	7	Бажання працювати
23	Спокійний	7	6	5	4	3	2	1	Заклопотаний
24	Оптимістичний	7	6	5	4	3	2	1	Песимістичний
25	Витривалий	7	6	5	4	3	2	1	Швидко втомлююсь
26	Бадьорий	7	6	5	4	3	2	1	В'ялий
27	Важко думати	1	2	3	4	5	6	7	Легко думати
28	Розсіяний	1	2	3	4	5	6	7	Уважний
29	Повний надій	7	6	5	4	3	2	1	Розчарований
30	Задоволений	7	6	5	4	3	2	1	Незадоволений

Код для отримання результатів:

Питання на самопочуття – 1, 2, 7, 8, 13, 14, 19, 20, 25, 26.

Питання на активність – 3, 4, 9, 10, 15, 16, 21, 22, 27, 28.

Питання на настрій – 5, 6, 11, 12, 17, 18, 23, 24, 29, 30.

2.1.7. Метод експертної оцінки

За допомогою методу експертної оцінки визначено узгодженість думок експертів щодо туристичної діяльності у Оршовецького ліцею. Здійснювалось опитування педагогічного колективу Оршовецького ліцею, вчителі давали відкриту відповідь на запитання. У опитуванні прийняло участь 7 респондентів: 4 класоводи; 2 вчителі фізичного виховання; 1 заступник директора з виховної роботи. Опитування дало нам змогу дізнатися як відбувається організація туризму у школі.

2.1.8. Метод математичної статистики

Результати отриманих результатів досліджень були піддані математичній обробці із застосуванням загальнодоступних статистичних методів. Статистична обробка результатів дослідження здійснювалась із використанням ПК за допомогою стандартного програмного забезпечення Microsoft office (Microsoft «Excel 2016»), які надали можливість проводити аналіз і розрахунок отриманих базових та вихідних величин.

2.2. Організація дослідження

Відповідно до поставлених завдань магістерської роботи нами були проведені дослідження з листопада 2023 по листопад 2024 року в 3 етапи.

Перший етап дослідження (листопад – грудень 2023 року) була проведена підготовка та організація наукового дослідження. Основною метою даного етапу була систематизація даних науково-методичних джерел літератури стосовно проблем організації туристичних занять зі школярами, була визначена мета, основні завдання, об'єкт, предмет та програма дослідження, вибір раціональних методик дослідження. Проведений теоретичний аналіз педагогічної, психологічної, соціологічної та практичної літератури про дитячий туризм, аналіз статистичних даних, розміщених в мережі Інтернет, аналіз наявних на сьогоднішній день законопроектів, програм, методичних розробок і положень в

галузі освіти і туристичної індустрії, вивчення і узагальнення педагогічного досвіду роботи загальноосвітньої школи і організацій додаткової освіти.

Другий етап дослідження (січень – травень 2024 р.) Розробка тестових завдань для учнів та питань з відкритими відповідями для вчителів. Проведення тестування. У тестуванні взяли участь 80 учнів середніх класів та 7 вчителів Оршовецького ліцею. Проводилось оцінювання добової рухової активності та порівняльний аналіз величини індексів рухової активності протягом доби. Також було проаналізовано показники фізичного та емоційного стану учнівської молоді. Визначені пріоритетні види туризму та мотивація до занять туристичною діяльністю. Здійснено обробку та інтерпретацію отриманих даних, результати отриманих даних були обробці математично з використанням стандартизованих статистичних методів.

Третій етап дослідження (червень – листопад 2024 р.) передбачав вирішення таких завдань: інтерпретація отриманих даних, аналіз і узагальнення отриманих результатів, сформульовано основні висновки, джерела літератури структурно і стилістично оформлено текст магістерської роботи.

РОЗДІЛ 3

АНАЛІЗ МОТИВАЦІЇ ДО РЕКРЕАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ, ХАРАКТЕРИСТИКА РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ШКОЛЯРІВ

Для вирішення поставлених завдань магістерського проекту, та відповідно до мети, проводились дослідження мотивації школярів до рекреаційно-оздоровчої діяльності та занять активним туризмом.

Дослідження проводилося на базі Оршовецького ліцею впродовж другого навчального семестру.

3.1. Дослідження мотивації школярів до занять активним туризмом та аналіз педагогічного досвіду вчителів які задіяні у туристичній діяльності

Вивчення мотивації школярів загальноосвітніх закладів до участі у програмах туристичної діяльності є необхідною умовою для розробки дієвих заходів з підвищення рухового режиму учнівської молоді, заснованих на принципах пріоритету потреб, мотивів і інтересів особистості.

З метою вивчення мотивації до занять активним туризмом, нами було проведено анкетування шкільної молоді Оршовецького ліцею. В анкетуванні взяло участь 80 учнів, із них 46 хлопців та 34 дівчини.

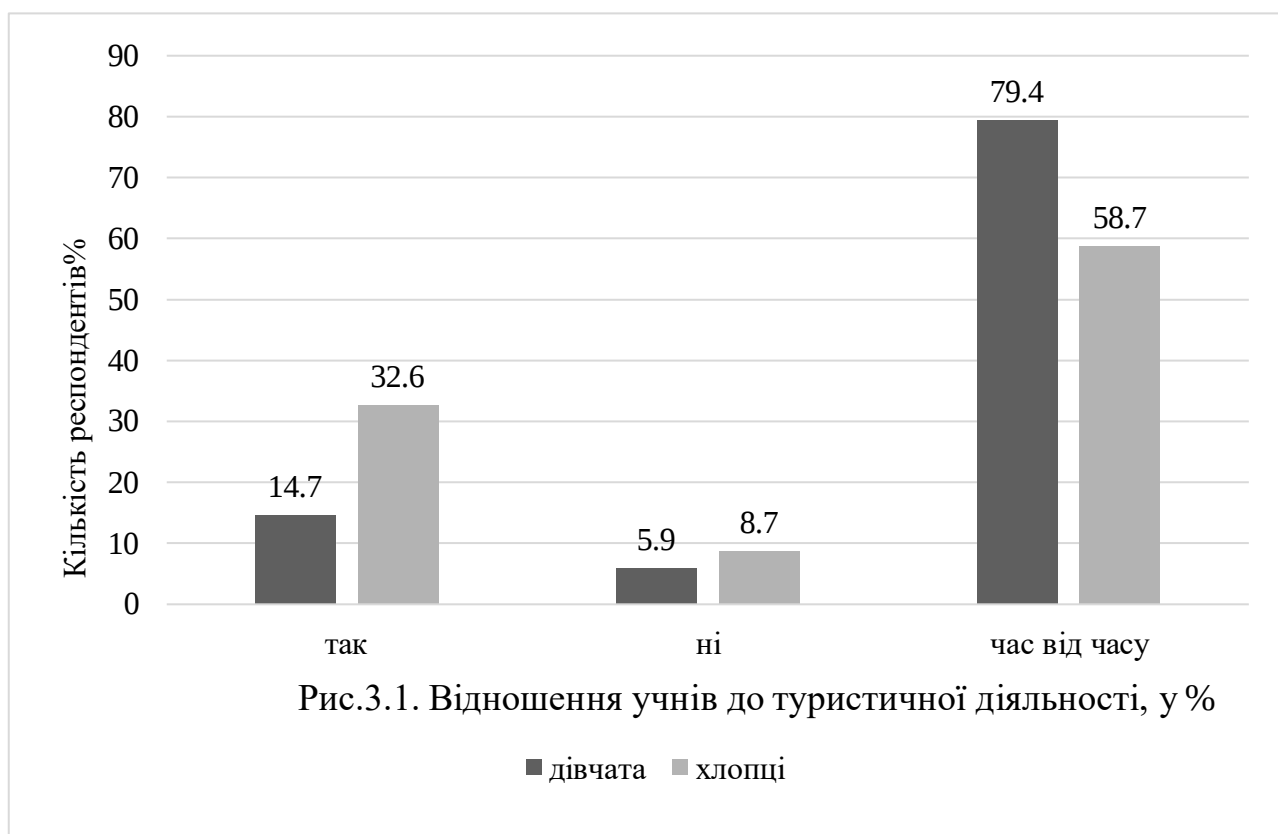
За допомогою проведеного анкетування, ми намагалися виявити фактори, які спонукають школярів до туристичної діяльності, встановити з якою метою учні хотіли би займатися, які причини заважають їм займатися обраними видами туристичних занять та який ефект бажають вони отримати від подібного роду занять.

Виявлено, що переважна більшість школярів (73,5% дівчат та 65,2% хлопців) задоволені організацією туристичної діяльності у загальноосвітньому закладі, набагато менша кількість учнів (17,6% дівчат та 21,7% хлопців) така діяльність влаштовує частково, 13,0% дівчат та 8,8% хлопців не задоволені

взагалі. На думку школярів, це пов'язано з певними причинами, серед яких основними є:

- відсутність врахування інтересів школярів у різних видах туристичної діяльності, що культивуються у навчальному закладі у позашкільний час;
- мала кількість фахівців з туристичної діяльності, які б володіли інноваційними технологіями її організації;
- відсутність належної матеріально-технічної бази для проведення туристичних походів;
- недостатній рівень систематичної просвітницької діяльності серед учнівської молоді;
- комерціалізація туристичної діяльності, недоступність занять різним категоріям школярів.

Досліджуючі відношення учнівської молоді до туристичної діяльності виявлено, що участі не приймають в туристичних походах 5,9% учениць та 8,7% учнів, третина хлопців (32,6%) та набагато менше дівчат (14,7%) участь приймають, переважна більшість дівчат (79,4%) та більше половини хлопців (58,7%) час від часу приймають участь в туристичних заходах (рис. 3.1).



Отримані дані дали нам змогу встановити, що переважна більшість школярів бажає займатися туристичною діяльністю, але вони мають певні перепони для подібних занять, які зумовлені у незначному рівні туристичної культури підлітків, недостатньої кількості знань, навичок самоорганізації, умінь, відсутності достатньої кількості вільного часу, низькому рівні здоров'я більшості школярів.

Переважна більшість (76,3%) шкільної молоді вважає, що завдяки туристичним походам покращується стан здоров'я, у 45,0% подібні заняття впливають на покращення настрою та самопочуття. Підвищення фізичної працездатності як ефект від туристичних занять зазначили 46,3% опитуваних, та (21,3%) вважають такі заняття ефективними для нормалізації маси тіла. 20,0% вбачають користь в туристичних заняттях для покращення розумової діяльності, а 16,3% – підвищують самооцінку. Незначна кількість респондентів (1,3%) відмітили, що ефективність туристичних занять проявляється, на їх думку, в іншому (рис. 3.2).

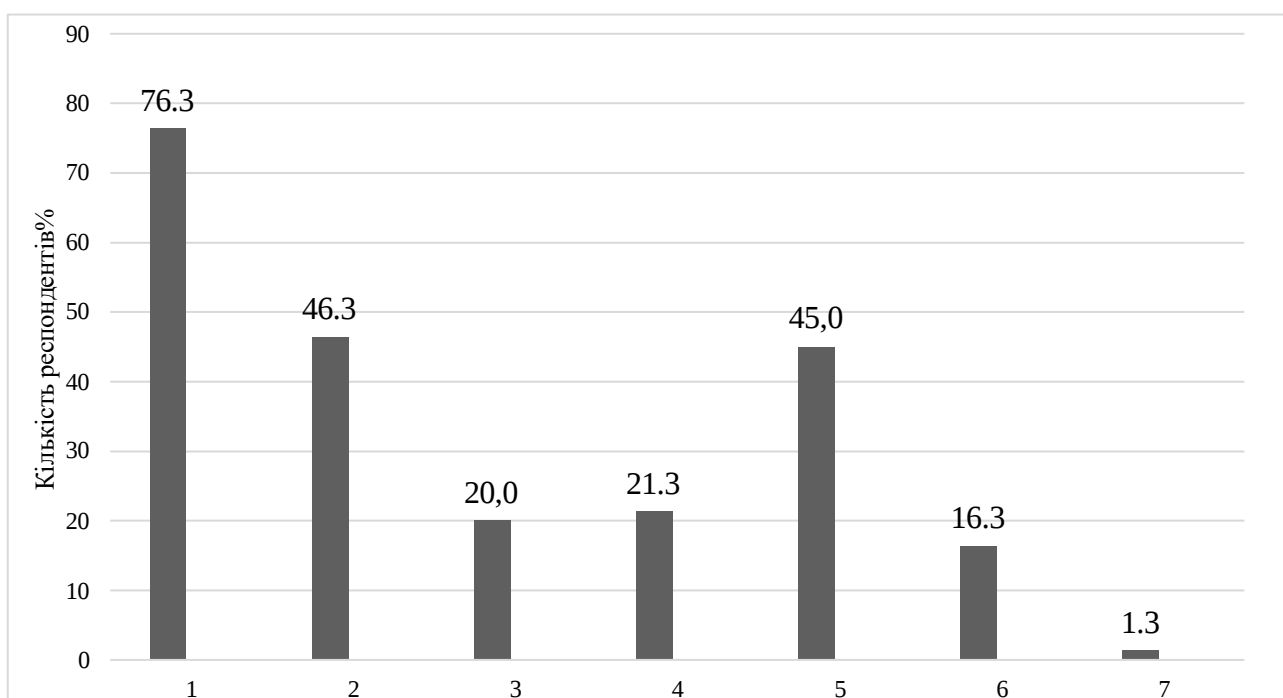


Рис.3.2. Прояв ефекту від занять туризму на думку школярів

- | | |
|---|-------------------------------------|
| 1. покращення здоров'я; | 5. покращення настрою, самопочуття; |
| 2. покращення фізичної працездатності; | 6. підвищення самооцінки; |
| 3. покращення розумової працездатності; | 7. інше. |
| 4. нормалізація маси; | |

Слід відмітити, що надається перевага тим видам діяльності на дозвіллі, які значних витрат не потребують.

З метою більш досконалого розуміння чинників, які сприяють залученню школярів до туристичної діяльності на дозвіллі варто враховувати аналіз їх мотиваційних переконань.

За результатами соціологічного опитування були виявлені основні мотиви, що спонукають школярів до туристичних занять. Слід зазначити, що у складній системі чинників, які впливають на стан здоров'я і працездатність підлітків, пріоритетне значення має рухова активність. Проведені за останні роки в нашій країні дослідження, також свідчать про наявність певного зв'язку між руховою активністю та станом здоров'я (рис. 3.3). Виявлено, що ієрархія мотивів туристичної діяльності, у дівчат, і у хлопців переважають оздоровчі мотиви (покращення здоров'я дівчата 70,6% хлопці 73,9%).

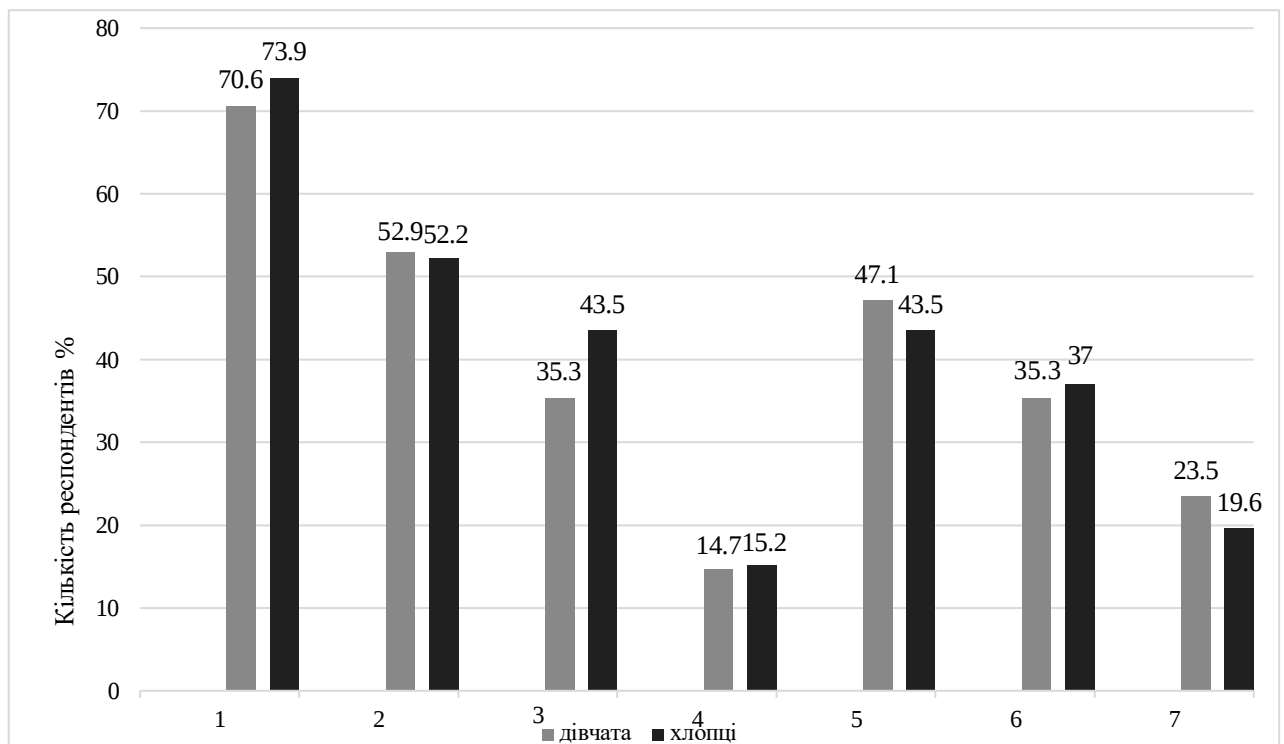


Рис. 3.3 Основні мотиви що спонукають школярів до туристичної діяльності

1 покращення здоров'я

2 покращення психоемоційного стану

3 покращення розумової та фізичної працездатності

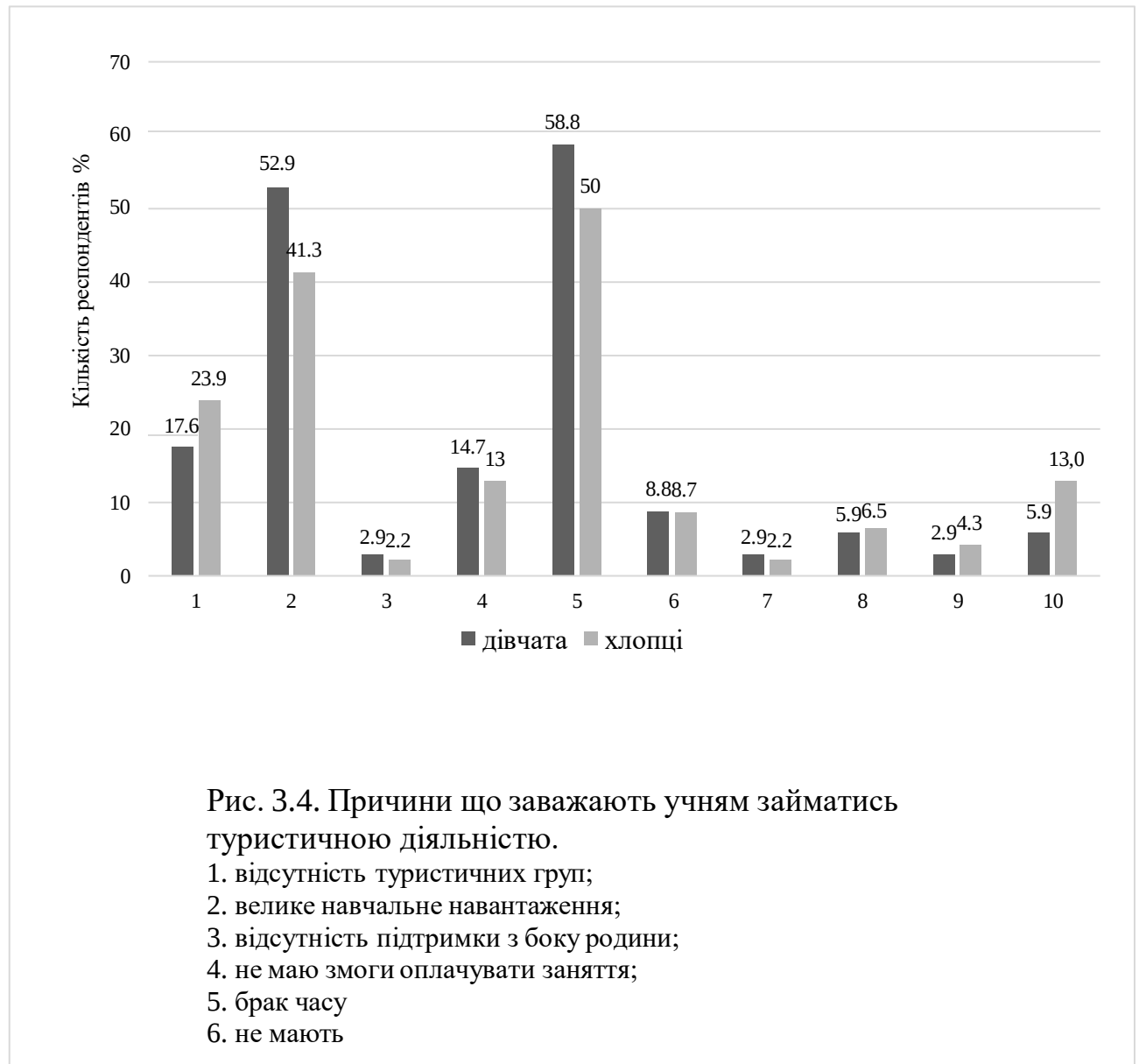
4 підвищення рівня фізичної підготовленості

5 спілкування

6 підвищення самооцінки

Відповіді дівчат і хлопців відносно інших мотивів розподілились в однаковій послідовності, проте з різними співвідношеннями кількості вибору респондентів: покращення психоемоційного стану, спілкування, покращення розумової і фізичної працездатності, підвищення самооцінки, самовираження, підвищення рівня фізичної підготовки.

Нами було виявлено, що інтереси які спонукають до занять у шкільному віці проявляється в бажанні досягти покращення стану здоров'я та психоемоційного стану. В процесі дослідження була отримана інформація стосовно причин які заважають учням приймати участь в туристичній діяльності (рис. 3.4).



Так найбільш значущими на які наголосили як дівчата так і хлопці були брак вільного часу 58,8% та 50,0% відповідно, що пов'язано із значним навчальним навантаженням 52,9% та 41,3%, на відсутність туристичних груп наголосили 17,9% дівчат та 23,9% хлопців. Суттєвою перепорою для 14,7% дівчат та 13,0% хлопців є брак коштів, для оплати поїздок.

Цікавим, також був той факт, що дівчата та хлопці відповідними знаннями не володіють для проведення туристичних занять і не мають друзів з якими ці поїздки та заняття можуть відвідувати. Порівняно мала група школярів зазначила на подібні причини як брак підтримки з боку родини, відсутність обладнання і бажання взагалі займатися. Це означає, на нашу думку, що у дівчат та хлопців відсутні вагомі причини, які б заважали займатися їм туристичною діяльністю у позанавчальний час.

Обробка результатів питання «Що спонукає вас займатися туристичною діяльністю?» дала нам змогу встановити, що на вибір дівчат в першу чергу, впливають програми про здоров'я та туризм, поради друзів та публікації в газетах та журналах, а вплив порад викладача з фізичного виховання значно знизився (рис. 3.5).

Для нас важливо було з'ясувати, які форми занять обрали школярі для занять туристичною діяльністю. Відповіді респондентів на це питання зазначили, що переважна більшість надають перевагу груповим формам занять (61,8% дівчат, 65,2% хлопців). Це пояснює те, що для підлітків дуже важлива компанія, спілкування з друзями, обмін досвідом. Опитувані школярі надали чітке розуміння пріоритетності групових форм організації занять над індивідуальними, що дасть змогу врахувати цей факт при організації та плануванні рекреаційної діяльності. Практично однакова кількість респондентів як серед дівчат та і хлопців обрали індивідуальні та сімейні заняття (рис. 3.6). Варто відмітити, що форми занять групового формату платні зазвичай та вимагають коштів, більш дешеві сімейні або індивідуальні форми.

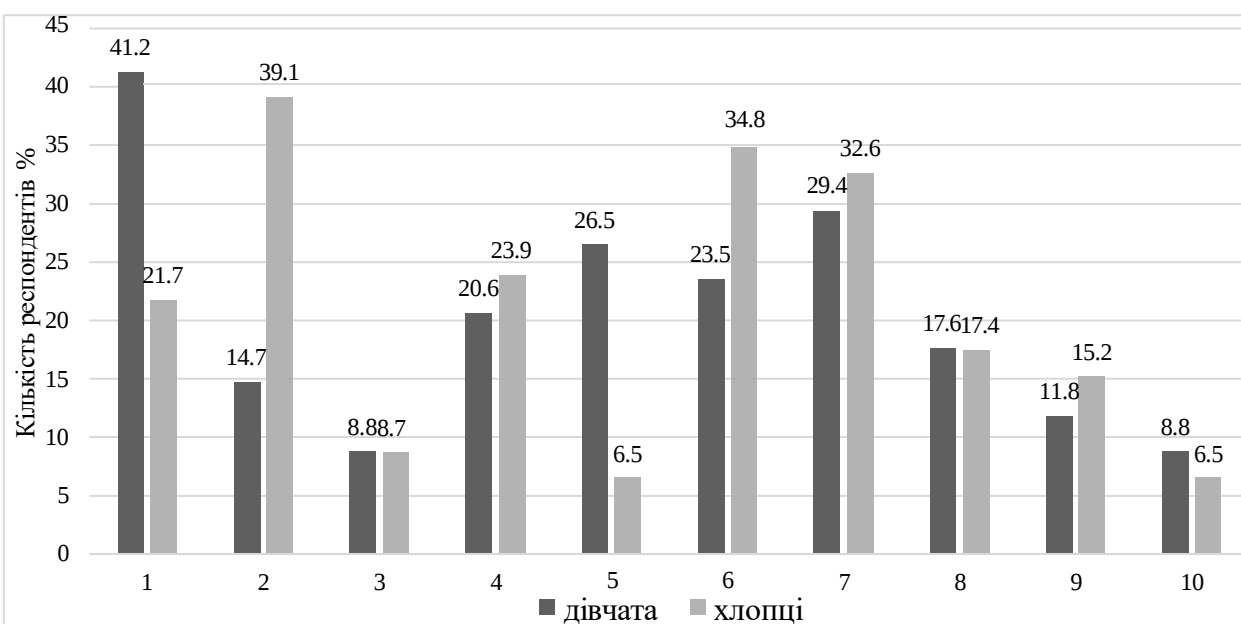


Рис. 3.5. Чинники що спонукають учнів до туристичної діяльності

1. програми про здоров'я; 2. програми про туристичні змагання;
 3. програми у туристично-оздоровчих центрах; 4. програми про екстремальні види;
 5. пуб

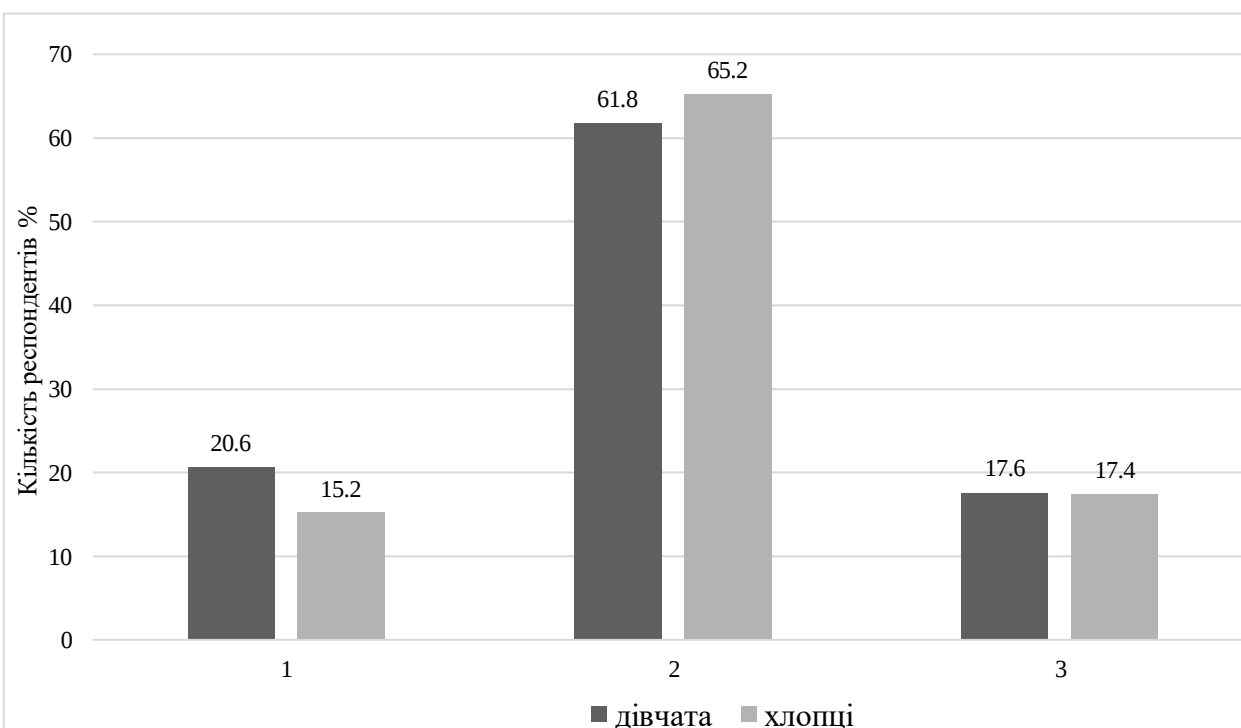


Рис. 3.6. Форми організації туристичної діяльності

- 1 індивідуальні; 2 групові; 3 сімейні.

В результаті досліджень виявлено, що переважна більшість школярів (48,5%) лише частково задоволені організацією туристичної діяльності у

загальноосвітньому закладі, третину (30,3%) така діяльність влаштовує, та 21,2% не задоволені взагалі.

З метою аналізування досвіду вчителів які задіяні у роботі туристичної діяльності Оршовецького ліцею, нами було проведено опитування педагогічного колективу Оршовецького ліцею. В опитуванні взяло участь 7 вчителів.

За словами організаторів шкільної туристичної діяльності, найчастіше школярі виїжджають з метою розваги та культурного збагачення, на осінніх та весняних канікулах, зазвичай організовуються поїздки у великі міста – Львів, Київ, Чернівці, Хмельницьк, звичайно представляють великий інтерес з точки зору екскурсій у музеях, виставках, по місту. Літній табір в більшій мірі вирішує завдання відпочинку та розваги, однак паралельно вирішуються і оздоровчі завдання, які не завжди помічають діти. В літньому таборі діти регулярно беруть участь в спортивних іграх, роблять зарядку вранці.

Педагоги підкреслюють, що шкільний туризм є невідемною складовою освітнього процесу і покликаний допомогти в повноцінному формуванні різнобічної особистості школярів. Наразі в школі вирішуються не особисті запити конкретного учня, а загальні завдання, які сприяють формуванню освітнього рівня конкретної вікової групи, а також вирішуються виховні завдання, оскільки ці поняття тотожні.

Похід, як елемент шкільного туризму, який ще в минулому десятилітті активно використовувався в позакласній діяльності, з кожним роком втрачає свою актуальність. На це є кілька причин:

1. з розвитком індустрії розваг, з'явилося безліч пропозицій для цікавого і корисного відпочинку для дітей - вибір дітей і їх батьків частіше схиляється на користь театрів, кінотеатрів, наукових парків, квестів (інтелектуальних ігор) і т.д.

2. для організації походу за всіма вимогами безпеки, необхідна відповідна підготовка, яку не завжди є можливість отримати, з огляду на велику завантаженість вчителів. Зараз є безліч агентств, які організовують професійно заходи для дітей, в тому числі походи. У вчителів вже немає можливості, часу,

вивчати всі тонкощі організації походу таким чином, щоб це відповідало освітнім завданням, безпеки.

З такою позицією не згоден єдиний учитель, який займається організацією туризму у школі, він зауважив, що попри малу кількість місць для цікавого проведення походів в межах Хотинського району, похід - невід'ємна частина туризму, необхідна для загального розвитку школярів. Було б тільки бажання вчителів, дітей і батьків, а підготуватися, навчитися завжди буде час.

Ініціативу в організації поїздки проявляє батьківський комітет, основна робота по організації, взаємодії з турфірмою, покладена на батьків. Але іноді вчителі діляться інформацією з колегами і батьками про акції від турфірм, які надсилають інформацію на пошту школи.

Більшість батьків позитивно ставляться до подорожей своїх дітей з класом, але деякі при цьому дуже хвилюються за свою дитину. Довіра батьків до педагога залежить від досвіду, але попри це, деякі батьки завжди підтримають зв'язок з дітьми та вчителями і розпитують про кожен крок.

Вартість грає ключову роль в рішенні, чи відбудеться поїздка. Саме висока ціна є головною причиною відмови деяких учнів від подорожі. Зазвичай у віддалені міста їде менша половина класу, а в передмістя - третина. При цьому приєднуються бажаючі з протилежних класів. Причини відмови від поїздки, звичайно, батьками прямо не озвучуються, але в більшості випадках стоїть грошове питання, або вже наявні плани відпочинку з сім'єю. Ще однією важливою причиною, яку самі вчителі не озвучують, є недостатній рівень довіри до вчителя (в більшій мірі до молодих, недосвідчених), як до супровідника в тривалих виїздах. Для вирішення цієї проблеми, адміністрація школи направляє в поїздку як мінімум одного досвідченого вчителя.

Туризм в системі освіти виконує ряд функцій. Освітня функція полягає у вивченні і закріпленні навчального матеріалу, наприклад, при підготовці до поїздок. Школярі, за словами вчителів, чекають поїздок і готуються до них за допомогою різних завдань. А вчителі в свою чергу, зазвичай дають якесь цікаве завдання: подивитися ролик про місто, про якийсь певний об'єкт, фільми,

почитати цікаві факти, а потім поділитися враженнями один з одним. Вчителі переконані, що так інформація краще засвоюється.

Також на школярів туризм надає позитивний вплив з точки зору відпочинку і навичок спілкування, взаємодії з однолітками і вчителями, що є рекреаційною і комунікаційною функцією відповідно. З поїздок діти повертаються задоволені та згуртовані. Крім освітньої та виховної функції, можна виділити розвиток у школярів почуття гордості за свою батьківщину, патріотизм.

Всі організатори, як один, заявили, що не стикалися з серйозними проблемами. Найбільшою проблемою в поїздки може бути погане самопочуття дитини, але серйозних прецедентів ніколи не було. Вчителі розповіли про запізнення, погане самопочуття дітей, як єдині непередбачені обставини, з якими їм доводилося стикатися.

До основних складнощів в організації поїздок відносять велику кількість документів, які необхідно підготувати: заяви батьків, маршрутна карта, списки наказ, повідомлення в різні інстанції, інструктаж для дітей, інструктаж для супроводжуючих, медичні довідки. Відправляється все це виключно в паперовому вигляді. Вчителі зауважили, що велику кількість сил забирає підготовка документів, так як цим займаються паралельно з освітнім процесом.

Незважаючи на всі недоліки, вчителі відзначали важливість туристичної діяльності в системі освіти школярів, а також прогнозують відновлення системи шкільного туризму по всій країні.

Влада часто говорить про необхідність підтримки шкільного туризму, про спонсорування, компенсації, національні програми. Вчителі стверджують що поки до шкіл це погано доходить, але розуміють, що це тривалий процес. Вчителі відзначали, що велика роль в організації туризму покладено на батьків, які повинні проявляти ініціативу, шукати можливі варіанти для бюджетної подорожі своїх дітей.

Щодо вимог, що пред'являються до супроводжуючого школярів, виділяють в першу чергу відповідальність, досвідченість, ініціативність. Якщо

говорити про тривалі поїздки, то повинен бути як мінімум один досвідчений, відповідальний педагог. З досвідченими вчителями батьки спокійно відпускають своїх дітей, до них приєднуються діти з інших класів. Також однією з головних вимог до супроводжуючих є ініціативність, ніхто не змушує вирушати у поїздку без бажання.

Варто відзначити, що вчителі, як стимул до туристської діяльності, отримують за виїзди додаткову премію.

3.2. Характеристика структури вільного часу та рухової активності засобами спортивно-оздоровчого туризму у фізичному вихованні учнівської молоді

Для оцінки визначення добової рухової активності нами була використана Фремінгемська методика. Проведений аналіз величини індексів РА протягом доби, а також результатів кожного з рівнів дозволило встановити кількісні показники рівнів добової РА, та якісні оцінки РА відносно інтенсивності прикладених фізичних зусиль.

Отримані дані дослідження надали можливість встановити відповідні обсяги РА досліджуваного контингенту учнів протягом доби, які мають певні особливості, але розміщені в межах, які відносяться до встановлених нижчі за фізіологічні норми. Аналіз проведених досліджень, вказують на те, що більшість власного часу учні витрачають на повсякденну РА, до якої відносяться усі можливі види рухів, які спрямовані на задоволення природних потреб (сон, особиста гігієна, їжа,) та навчання (табл. 3.1, рис. 3.6).

Нестача повсякденної рухової активності учнівської молоді не забезпечує нормального функціонування базових фізіологічних систем організму, не здійснює відповідні умови для покращення їхнього здоров'я. Аналіз результатів проведеного дослідження засвідчують, що РА учнів протягом доби розподілена нерівномірно. Нами було виявлені, індекси РА більшості учнів, у хлопців, і у дівчат, в середньому дорівнює 32,5 балам, що засвідчує знижений рівень спеціально-організованої РА.

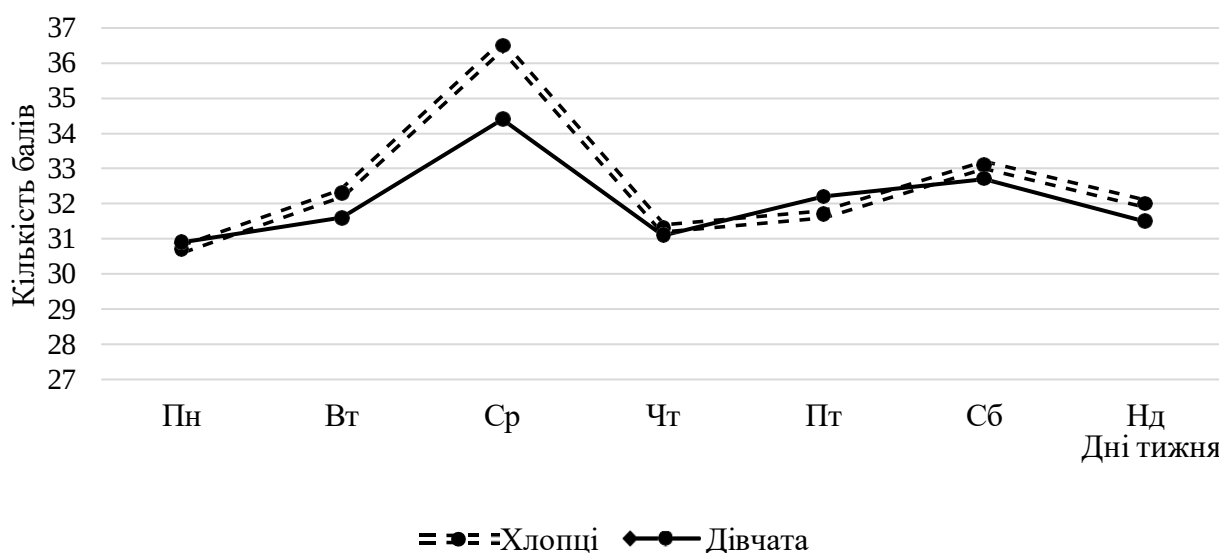
Таблиця 3.1.

Показники рівня рухової активності школярів, хв

Стать	Рівень рухової активності				
	Базовий	сидячий	Малий	Середній	Високий
	x, S	x, S	x, S	x, S	x, S
Хлопці, $n = 20$	$534 \pm 50,3$	$409 \pm 28,4$	$373 \pm 30,5$	$94 \pm 10,3$	$30 \pm 3,7$
Дівчата, $n = 20$	$503 \pm 48,0$	$428 \pm 31,1$	$344 \pm 32,2$	$130 \pm 12,2$	$35 \pm 2,2$

Для занять руховою активністю протягом доби дівчата в середньому приділяють лише 35 хвилин, а хлопці лише на 5 хвилин менше – 30 хвилини. Отримані результати дослідження підтверджують фахову літературу, фактичні дані показника рівня рухової активності дівчат більші у порівнянні з показниками хлопців.

Рисунок 3.6.



Динаміка обсягу рухової активності учнів впродовж тижня (бали)

В структурі РА переважають базовий та сидячий рівні у дівчат та хлопців. Оцінка РА досліджуваних учнів протягом тижня дозволила встановити обсяги РА на малому рівні, які майже не зазнали змін у хлопців і дівчат, та складає в середньому 515 хвилин. На сидячому рівні в середньому учні проводять 419 хвилин (готуючись до занять, в навчальних закладах, спілкуючись в мережах чи за комп'ютером тощо). Сучасний спосіб життя школярів можна назвати «абсолютно сидячим», що, на жаль, стає звичним, комфортним, повсякденним, що, на думку науковців, сприяє виникненню залежності до гіпокінезії.

Пересилити обмежити подібний комфортний стан є вкрай важко, тому що спорожніле місце може зайняти невизначеність, розуміння відсутності перспектив, страх, стреси або відсучніть навички їх передбачити.

На малому рівні, складовими якої є також особиста гігієна, академічні заняття, пересування пішки, у школярів рівень РА становить 359 хвилин.

Формування туристичної культури учнівської молоді має на меті оволодіння знаннями щодо раціонального використання часу, та які саме види дозвілля допомагають розвитку особистості; розуміння різноманітних мотивів оздоровчої діяльності, усвідомлення позитивних складових змістовного наповнення дозвілля; гарних вражень та емоційних позитивних станів і поведінки в структурі рухової діяльності.

Проведений системний аналіз літературних джерел дозволив визначити, що дослідниками які вивчають це питання вирішені актуальні питання, які стосуються різних аспектів формування рухової культури учнівської молоді. Слід також зауважити, що РА необхідного обсягу та інтенсивності є досить важливою частиною рухової культури сучасного школяра. Проте, доведено, що обсяг спеціально-організованої РА у переважної більшості учнів які прийняли участь у нашому дослідженні надзвичайно малий. З реальною метою підвищення рухової активності учнів першочергово повинні бути враховані переваги у виборі видів, змісту, форм та організаційних складових туристичної діяльності.

3.3. Аналіз показників фізичного стану учнівської молоді та показників емоційного стану до та після педагогічного експерименту

Навчальний процес в сучасному ЗЗСО висуває інші, збільшені вимоги до професійного вдосконалення та фізичної працездатності учнів. Для визначення рівня фізичної працездатності школярів ми використали індекси Руф'є, отримані нами дані дослідження наведені в табл. 3.2. В результаті проведеного дослідження визначено, що переважна більшість учнів дівчат та хлопців мають задовільний та середній рівні фізичної працездатності.

Таблиця 3.2

Оцінка фізичної працездатності учнівської молоді, %

Стать	Індекс фізичної працездатності			
	хороший	Середній	задовільний	Поганий
Юнаки, n=20	10,0	25,0	50,0	15,0
Дівчата, n=20	5,0	35,0	45,0	15,0

Проведені в нашій роботі дослідження рівнів фізичної працездатності школярів засвідчує, що у юнаків задовільний рівень виявлений у 50,0 % респондентів, у дівчат задовільний рівень виявлений у 45,0 %, середній в 35,0 % та Представлені в таблиці 3.2 дані засвідчують, що у серед хлопців є особи 10,0 %, які мають хороший рівень фізичної працездатності, у дівчат цей показник складає лише 5,0 %. Наші спостереження виявили практично однакову кількість учнів з поганим рівнем фізичної працездатності серед хлопців та дівчат.

Нами виявлено, що достовірних розбіжностей в середньостатистичних результатах фізичної працездатності між дівчатами та хлопцями не спостерігалися.

Оцінку показників психоемоційного стану досліджуваного контингенту ми проводили за методикою САН, яка дає можливість виміряти емоційні стани досліджуваних в період психічних та фізичних навантажень. Характеристики самопочуття, активності та настрою учнів є провідним показником адаптованості до сучасних особливостей навчання в школі, побутовій діяльності, а також до нового колективу. Результати опитування до експеременту висвітлені в табл. 3.3. за даними якої встановлено, що показники активності, самопочуття і настрою у хлопців і дівчат засвідчують достатньо низькі рівні та не володіють достовірними відмінностями. Зниження зазначених показників можна пояснити присутністю різноманітних факторів стресу, які несуть негативний вплив на стан здоров'я учнів, тим самим створюючи відповідний дискомфорт для адекватної оцінки оточення і сприйняття дійсності загалом. Нана думка збігається з думкою дослідників в тому, що чим більший дискомфорт тим значніше різниця між отриманими даними, це може також говорити нам про збільшення та

накопичення втоми у школярів, яка, викликана, можливо, перевантаженням в процесі урочних занять в школі.

Таблиця 3.3

Показники психоемоційного стану учнівської молоді, бали

Досліджувані показники	Значення показників стану			
	Дівчата, n=20		Хлопці, n=20	
	x	S	x	S
Самопочуття	4,1	0,8	4,06	0,8
Активність	4,6	0,6	4,33	0,4
Настрій	4,2	0,8	3,74	0,8

За даними таблиці 3.4. в кінці експерименту у дівчат та хлопців ЕГ середньостатистичний результат самопочуття покращився на 1,5 бали у дівчат та на 1,2 бали у хлопців. У дівчат КГ даний показник покращився лише на 0,1 бал у хлопців КГ теж на 0,1 бал. Слід зазначити що у дівчат та хлопців ЕГ середньостатистичні результати самопочуття достовірно вищі, ніж у дівчат та хлопців КГ. За час експерименту активність у дівчат та хлопців ЕГ теж збільшилась на 1,4 бали у дівчат, та 1,8 бали у хлопців.

Таблиця 3.4.

**Показники емоційного стану школярів
до та після педагогічного експерименту, бали (n=40)**

Показник	ЕГ (n=20) до експ-ерименту		ЕГ (n=20) після експ-ерименту		КГ (n=20) до експерименту		КГ (n=20) після експерименту	
	x	S	x	S	x	S	x	S
Дівчата								
Самопочуття	4,6	0,75	6,1	0,12	4,4	0,81	4,5	0,46
Активність	4,5	0,72	5,9	0,22	4,3	0,74	4,4	0,67
Настрій	5,2	0,61	6,7	0,11	4,9	0,84	5,0	0,73
Хлопці								
Самопочуття	4,7	0,73	5,9	0,08	4,6	0,69	4,7	0,46
Активність	4,5	0,73	6,3	0,03	4,5	0,67	4,8	0,84
Настрій	5,3	0,51	6,4	0,21	5,0	0,66	5,2	0,32

У дівчат та хлопців КГ даний показник покращився на 0,1 бал у дівчат та 0,3 бали у хлопців. Під впливом засобів туризму зросли середньостатистичні результати, які характеризують настрій, у дівчат ЕГ на 1,5 бали у хлопців ЕГ на 1,1 бал.

У дівчат КГ даний показник виріс на 0,1 бал, у хлопців на 0,2 бали. У школярів ЕГ середньостатистичні результати, які характеризують активність та настрій достовірно вищі ніж у школярів КГ.

Отже, врахування особливостей психоемоційного стану досліджуваного контингенту учнів в процесі розробки та складання програм туристичних та туристично-оздоровчих буде позитивно впливати на досягнення психофізіологічного комфорту та збільшить ефект від проведених занять.

ВИСНОВКИ

За допомогою проведеного анкетування ми виявили фактори, які спонукають школярів до туристичної діяльності, встановили з якою метою учні хотіли би займатися туристичною діяльністю. Основними причинами, які заважають школярам займатися туристичною діяльністю, є нестача часу, велике навчальне навантаження, відсутність цікавих туристичних подорожей, а також висока вартість туристичних послуг, що підтверджується даними спеціальної літератури. Ми також з'ясували, що головними мотивами для школярів є покращення здоров'я, психоемоційного стану, можливість спілкування, а також підвищення розумової та фізичної працездатності.

Після проведеного аналізу змін емоційного стану школярів, слід зазначити, що у дівчат та хлопців експериментальної групи середньостатистичні результати самопочуття достовірно вищі, ніж в учнів контрольної групи. За час експерименту активність у дівчат та хлопців експериментальної групи теж збільшилась на 1,4 бали у дівчат, та 1,8 бали у хлопців. А у школярів контрольної групи даний показник покращився тільки на 0,1 бал у дівчат та 0,3 бали у хлопців.

Проаналізувавши педагогічний досвід вчителів які задіяні у туристичній діяльності учнівської молоді Оршовецького ліцею, ми прийшли до наступних висновків:

1. роль держави в розвитку туризму в системі школи невелика і носить наглядний, регулюючий характер. Організацією туристичної діяльності займаються досвідчені вчителі, за допомогою батьків і під керівництвом заступника директора.

2. як показали результати інтерв'ю, вчителі вважають туризм важливою частиною освітнього процесу, позашкільної діяльності. У туристичній діяльності школярів зацікавлені і вчителі, і батьки, і самі діти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Блистів Т. Формування змісту підготовки кадрів для сфери туризму у ВНЗ фізкультурного профілю. Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. Львів. 2013. Вип. 7, Т. 1. С. 153-156.
2. Войтович І.М. Методика навчання пішохідного туризму учнів 10-11-х класів на профільному рівні: автореф. дис. на здоб. наук. ступ. канд. пед. наук: спец. 13.00.02 – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я). Луцьк. 2015. 20 с.
3. Вяткин Л.А., Сидорчук Е.В. Туризм та спортивне орієнтування К. Ранок. 2011. 207 с.
4. Ганопольский В.І., Безносиков Є.Я., Булатов В.Г. Туризм та спортивне орієнтування. К.: «Фізкультура і спорт». 1997. 113 с.
5. Ганопольський В.І. Уроки туризму. К.: Ред. загальнопед. газ., 2004. 128 с.
6. Ганісаретський О.І., Подунова Н.І. Дозвілля та творчість в культурному туризмі. Ужгород. Говерла 2014. 128 с.
7. Гладких Д.Г. Формування компетентності студентів ЗВО у сфері активнго туризму.: автореф. дис. канд. пед. наук: спец. 13.00.08 – теорія і методика професійної освіти. Севастопіль. 2009. 20 с.
8. Грабовський Ю.А., Скалій О.В., Скалій Т.В.. Спортивний туризм: навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан. 2009. 304 с.
9. Гриньова Т.І. Вплив оздоровчих занять різними видами спортивного туризму на формування фізичного стану дітей 10-13 років: автореф. дис. на здоб. наук. ступ. канд. наук з фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Харків. 2014. 20 с.
10. Денісенко І.О. Використання засобів спортивно-оздоровчого туризму в підвищенні фізичного стану студентів 18-19 років: автореф. дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Дніпропетровськ. 2014. 20 с.

11. Дмитрук С.В. Дмитрук О.Ю. Соціально-педагогічні технології в туризмі. Навч. посіб. К. Центр учбо-вої літератури. 2012. 328 с
12. Дяхтяр В.Д. Основи оздоровчо-спортивного туризму. К.: Наук. Світ. 2002. 201 с.
13. Жданова О.М., Данилевич М.В., Чеховська Л.Я., Грибовська І.Б., Кухтій А.О. Туризм як напрям спеціалізованої підготовки кадрів у вищих фізкультурних закладах освіти. Інформатизація рекреаційної та туристичної діяльності: перспективи культурного та економічного розвитку : праці II Міжнар. конгр. Трускавець. 2003. С. 162-165.
14. Жигарьов О.Л. Вплив спортивно-оздоровчого туризму на морфофункціональні показники організму студентів :лияние спортивно-оздоровительного туризма на морфофункциональные и психофизические показатели организма студентов: автореф. дис. наук. ступ. канд. біол. наук: спец. 03.00.13 – фізіологія. Тернопіль. 2002. 28 с.
15. Захаріна Є.А., Захаріна А.Г. Анімаційні програми з використанням засобів туризму у рекреаційній діяльності студентської молоді. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури»(Фізична культура і спорт)» К. 2015. Вип. 9 (64). С.44-47.
16. Зігунов В.М. Професійна підготовка майбутніх менеджерів з туризму до організації туристсько-спортивної діяльності: автореф. дис. на здоб. наук. ступ. канд. пед. наук.: спец. 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. Харків. 2015. 20 с.
17. Євсєєв С.П., Федотов Ю.Н..Спортивний туризм. Навчальний посібник. Ландон. Донецьк. 2009. 128 с.
18. Іванова Н.В. Спортивно-оздоровчий туризм: загальна туристична підготовка. Техніка і технологія туризму: Навчальний посібник. Луганск. 2007. 324 с.
19. Ізмайлюк Д.А. Реалізація розвитку потенціалу дозвілля засобами туризму: автореф. дис. наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.05 – теорія, методика організації соціально-культурної діяльності. Суми. 2008. 20 с.

20. Ізотенко М.А., Матюхевич Ю.А. Іновації в соціокультурному сервісі та туризмі. Донецьк. Научкова книга. 2006. 136 с.
21. Квартальний В.А. Туризм: підручник. К. Фінанси і статистика, 2007. 336 с.
22. Комінко С.Б., Г.В. Кучер. Кращі методи психодіагностики: навч. Посібник. Тернопіль: Карт-бланш. 2005. 406 с.
23. Конох А.П. Професійна підготовка майбутніх фахівців із спортивно-оздоровчого туризму у вищому навчальному закладі: монографія. Запоріжжя: ЗДУ. 2006. 494 с.
24. Константінов Ю.С. Теорія та практика спортивно-оздоровчого туризму: навчальний посібник. Полтавський центр дитячо-юнацького туризму. Полтава. Копі-Центр. 2015. 392 с.
25. Кусков А.С., Джаладян Ю.А. Основи туризму: підручник. Черкаси. Вертикаль. 2011. 536 с.
26. Левицький В.В. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. К. Олімпійська література. 2004. № 1. С. 27-31.
27. Підлужняк О.І., Шемчак І.А. Вплив занять туризмом студентів вищих навчальних закладів на формування здорового способу життя. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. Сумський педуніверситет. Суми, 2010. №1. С. 421-428.
28. Подунович Н.И. Туризм (культурно-екологічні аспекти туризму). Екологія культури: Теоретичні та прокитичні проблеми. К. Ранок. 2001. 153с.
29. Почебут Д.А. Туристичний підхід як засіб розвитку соціальних компетенцій студентів у ВНЗ: автореф. дис. наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.08 – теорія і методика професійної освіти. Миколаїв. 2011. 20 с.
30. Прогноз розвитку туристських напрямків Всесвітньої туристичної організації] [Електронний ресурс] – режим доступу: <http://www.mango-travel.ru/blog/articles/97/tendentsii-razvitiya-priklyuchencheskogo-turizma.html>.
31. Рильський С.В. Методика навчання подолання природніх та штучних перешкод в спортивному туризмі: автореф. дис. наук. ступеня канд. пед. наук:

- спец. 13.00.04 – теорія і методика фізичної культури. Білгород-Дністровський 2012. 22 с.
32. Румянович Н.В. Формування професійних компетенцій в галузі туризму майбутніх педагогів в галузі фізичної культури: автореф. дис. наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.04 – теорія і методика фізичного виховання. Суми. 2005. 22 с.
 33. Рут.Є. Вплив багаторічних занять туризмом на вікові зміни фізіологічних параметрів і показників рівня фізичного розвитку школярів. Вісник Прикарпатського університету. Серія фізична культура. Івано-Франківськ. 2005. Вип. 1. С. 103-113.
 34. Рут Є.З. Організаційно-методичні основи туристично-краєзнавчої діяльності в школі та її вплив на організм школярів: автореф. дис. на здоб. наук. ступ. д-ра. наук. з фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.02 - фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Івано-Франківськ, 2004. 564 с.
 35. Сергеев В.Н. Туризм та здоров'я. Черкаси. Вертикаль. 2005. 116 с.
 36. Смаль І.В. Рекреація і туризм: короткий тлумачний словник термінів і понять. Ніжинський держ. ун-т ім. М. Гоголя. Ніжин: Вид-во НДУ ім. М. Гоголя. 2008. 80 с.
 37. Сокол Т.Г. Основи туристичної діяльності. К. Грамота. 2006. 264 с.
 38. Старовойтенко О.А. Основи класифікації в туризмі. Туризм у ХХІ столітті: глобальні тенденції і регіональні особливості: матер. II-ої Міжнар. наук.-практ. конф. К. Знання України. 2002. С. 287-290.
 39. Таймазов В.А., Федотов Ю.Н. Спортивно-оздоровчий туризм в системі індустрії туризму. Луганськ. 2014.1 37 с.
 40. Тереня Т.О. Комплекс засобів спортивно-оздоровчого туризму у фізичному вихованні студентів: автореф. дис. наук. ступ. канд. пед. наук: спец. 13.00.04 – теорія і методика фізичного виховання. Суми. 2008. 25 с.
 41. Устименко Л.М. Туризм як чинник формування дозвіллієвої культури молоді: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.05 «Соціальна педагогіка» К. 2008. 18 с.
 42. Федорченко В.К., Мініч І.М. Словник туристських термінів К. 2001. 115 с.

43. Федотів Ю.Н., Востоков І.Є. Спортивно-оздоровчий туризм К. Ранок. 2013. 361 с.
44. Федякіна Л.К., Васильковская Ю.А. Туризм у фізичному вихованні студентів ЗВО. Матеріали науково-практичної конференції. Суми. Сумський національний аграрний університет. 2008. С. 123-126.
45. Фокін С.П. Методичні рекомендації для самостійного заняття з дисципліни “Організація активного туризму” для студентів спеціальностей 7.050201 “Менеджмент організацій”; 6.050100 “Облік і аудит”, “Маркетинг”, “Економіка підприємства”. К. 2003. 108 с.
46. Шакіров В.Р. Основи оздоровчого туризму: навчальний посібник. Черкаси. Вертикаль 2013. 54 с.
47. Шемчак І.А., Підлужняк О.І. Вплив занять туризмом студентів вищих навчальних закладів та формування здорового способу життя. Педагог. науки: теорія, історія, інноваційні технології. 2010. № 1 (3). С. 421-428.
48. Штучная Е.Б. Теорія та методика спортивно-оздоровчого туризму. Навчальне видання. Одеса. 2015. 270 с.
49. Щур Ю.В., О.Ю. Дмитрук. Спортивно-оздоровчий туризм. навчальний посібник. К. Альтпрес. 2003. 232 с.
50. Якимович В.С. Проектування системи фізичного виховання дітей та молоді на основі особистісного-орієнтувальної освіти. Автореф. Дис. д-ра пед. наук. 13.00.04. Теорія і методика фізичного виховання. Житомир. 2012. 51 с.
51. Ячнюк М.Ю. Ефективність застосування засобів туризму в рекреаційній діяльності студентської молоді. Наук. час. Нац. пед. ун-ту ім. М.П. Драгоманова. Сер.№ 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт) К. 2015. Вип. 10 (65). С.161-165.
52. Ячнюк М. Передумови впровадження засобів туризму в рекреаційну діяльність студентської молоді. Фіз. виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. Луцьк. 2015. № 4 (20). С.132-135.

53. Ячнюк М. Технологія впровадження засобів туризму в рекреаційну діяльність студентської молоді. Молодіж. наук. вісн. Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк. 2015. Вип. 3. С.34-38.
54. Ячнюк М.Ю. Мотивація студентської молоді до занять туристичною діяльністю. Слобожан. наук.-спорт. вісн. Харків. 2012. № 5 (2). С. 143-145.
55. Ячнюк М.Ю. Обґрунтування профілактико-оздоровчої спрямованості засобів активного туризму в заняттях зі студентською молоддю. Фіз. культура, спорт та здоров'я нації. Вінниця. 2015. С. 678-683.

З метою вивчення інтересів та мотивів до туристичних занять, Рукшинська Загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів, проводить анкетування школярів. Просимо вас відповісти на питання анкети. Номер варіанту відповіді обведіть колом, або допишіть свою. Заздалегідь вдячні вам за ваші висловлені думки.

4.7.иШе

6.12.інше_____

7.10.иные

8.7.інше

9. Чи задовольняє вас організація рекреаційно-оздоровчої діяльності в школі?

9.1. так

9.2. ні

9.3. частково

Прізвище, ім'я _____

Факультет _____ *Група* _____ *Дата анкетування* _____

ВДЯЧНІ ЗА УЧАСТЬ В АНКЕТУВАННІ

Запитання для проведення інтерв'ю з організаторами шкільної туристичної діяльності.

1. З якою метою найчастіше відбуваються виїзди школярів? від яких факторів це залежить? Від кого виходить ініціатива поїздки?
2. Як відбувається вибір турагентства, робота з ним. З чого складається вартість поїздки, і чи є якісь пільги для школярів?
3. Які завдання, в тому числі освітні, ставляться перед вами, як перед організатором шкільного туризму?
4. Які документи необхідно підготувати вам для виїзду школярів? Чи є якісь звіти за підсумками поїздки?
6. Як проходить поїздка в довколишні міста (Хотин, Кам'янець-Подільський, Чернівці)? Розкажіть, на прикладі одного з виїздів розпорядок дня дітей.
7. Як проходить тривала (Київ, Львів, Ужгород т.д.) поїздка за місто? Розкажіть, на прикладі одного з виїздів розпорядок дня дітей.
8. Як проходить поїздка в літній оздоровчий табір? Розкажіть, на прикладі одного з виїздів розпорядок дня дітей.
9. Як часто на даний момент школярі беруть участь в походах? Порівняйте кількість походів в цьому році з минулими роками.
10. Як ставляться батьки та члени сімей до поїздок, чи беруть участь в поїздках і в їх організації. Чи всі учні класу беруть участь, якщо ні, то які причини відмови від поїздки?
11. Чи беруть участь діти в організації поїздок? Як впливають поїздки на поведінку дітей і успішність? Чи дається учням додаткова робота в поїздках (заповнення щоденників)? Які відгуки дітей за підсумками поїздки?
12. Чи трапляються непередбачувані ситуації, події, в поїздках, якщо так, то які і як вони вирішуються?
13. З якими складнощами Ви стикаєтесь при організації - туристичної діяльності? Що хотілося б виправити в самій системі?

14. Яке ваше особисте ставлення до туризму в рамках школи? Яку роль він відіграє?
15. Які на Ваш погляд перспективи розвитку туризму в системі загального та додаткової освіти?
16. Додаткові питання для куратора шкільно-туристської діяльності:
17. Що входить в обов'язки супроводжуючих дітей в поїзді? які вимоги до них пред'являються?
18. Яка роль держави на даний момент в організації шкільно-туристської діяльності?

Карта реєстрації добової фізичної активності

Короткий опис діяльності	Тривалість діяльності	Рівень фізичної активності
Прокинувся, гігієнічні процедури		МР*
Зібрав рюкзак		СР*
Сніданок		СИР*
Одягнувся до школи		МР
Пішки йшов до школи		МР
Знаходився у школі		МР
Другий сніданок		СИР
Заняття з фізичного виховання		ВР*
Переодягання, душ		МР
Пішки йшов додому		СР
Переодягався		МР
Обідав		СИР
Читав, дивився телевізор		СИР
Говорив по телефону		МР
Писав домашню роботу		МР
Гуляв по парку		СР
Вечеряв		СИР
Дявився телевізор		СИР
Гігієнічні процедури		МР
Спав		БР*

*Примітки: БР – базовий рівень фізичної активності, СИР – сидячий рівень рухової активності, МР – малий рівень фізичної активності, СР – середній рівень фізичної активності, ВР – високий рівень фізичної активності.

Кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів наукових досліджень інших авторів мають посилання на відповідне джерело.

_____ (Адамюк Тетяна Олексіївна)
(підпис)