

Лабарткава Валентина, Худоба Володимир, Лабарткава Костянтин

*Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського*

Спортивно-оздоровчий туризм, як складова частина програми фізичного виховання студентів спеціальності «Туризм»

У статті проаналізовано роль спортивно-оздоровчого туризму у програмі фізичного виховання студентів. Висвітлено результати опитування щодо ставлення студентів спеціальності «Туризм» до фізичного виховання загалом та спортивно-оздоровчого туризму, як складової частини програми фізичного виховання у закладі вищої освіти.

***Ключові слова:** спортивно-оздоровчий туризм, опитування, фізичне виховання, туризм, студенти.*

Labartkava V., Khudoba V., Labartkava K. Sports and health tourism, as part of the program of physical education of students majoring in "Tourism". The role of sports and health tourism in the student's physical education program have been analysed. The results of the survey on the student's majoring attitude in "Tourism" to physical education in general and sport and health tourism, as a part physical education program in the higher education have been revealed.

***Key words:** sports and health tourism physical education, survey, education, tourism, students*

Постановка проблеми. Навчання у закладах вищої освіти (ЗВО) характеризується емоційною та інтелектуальною напругою на фоні дефіциту рухової активності. Через це процес навчання студентів уповільнюється, інколи викликає нервово-психічні зриви та різноманітні розлади серцево-судинної системи. Зокрема, це відбувається через невідповідність національної системи фізичного виховання сучасним вимогам, фізичні тренування не забезпечують обсяг рухової активності необхідної для молодого людини; недостатньо враховуються індивідуальні інтереси та потреби студентів [3]. Таким чином, організація і зміст фізичного виховання у закладах вищої освіти повинні бути оновлені.

Аналіз літературних джерел. Дефіцит рухової активності та його негативний вплив на здоров'я студентів ЗВО досліджували В.О. Сутула, І.Г. Бондаренко, Є.В. Селіванов, І.Є. Лапичак, А.В. Соловей, М.К. Gasek, G.M. Kosiba, А.В. Wojtowicz. Проблема компенсації негативних наслідків дефіциту рухової активності засобами фізичної підготовки студентів була і залишається домінуючою в дослідженнях значного числа фахівців з фізичного виховання студентської молоді – О.Л. Благий, М.Ю. Ячнюк, А.В. Цьось, А. Підмога,

О.М. Колумбет, Т.Ю. Круцевич, М.І. Patey et al., R. Podstawski, P. Markowski, С.Т. Clark та ін.

Досвід організації спортивно-оздоровчого туризму як одну з перспективних форм залучення студентів до рухової активності досліджено у працях С.В. Дмитрука, М.Ю. Коллегаєва, І.О. Денисенко, К.В. Лабарткава, А.В. Єрка, М.Ю. Ячнюка.

Проте, більшість наукових робіт мають констатуючий характер. Зокрема, недостатньо досліджено проблеми визначення перспектив застосування різних видів рухової активності на прикладі елементів спортивно-оздоровчого туризму, у тому числі конкретних видів фізичних вправ, які забезпечують раціональні режими для конкретної спеціальності ЗВО [1, 5, 6, 7].

Мета статті – проаналізувати сутність спортивно-оздоровчого туризму у програмі фізичного виховання студентів ЗВО, визначити їх ставлення та побажання до занять спортивно-оздоровчим туризмом загалом та до окремих його видів.

Виклад основного матеріалу дослідження. На базі кафедри спортивного туризму та кафедри туризму Львівського державного університету фізичної культури імені І. Боберського було проведено опитування щоб визначити ставлення студентів спеціальності «Туризм» до занять фізичним вихованням та включення в програму фізичного виховання елементів спортивно-оздоровчого туризму. Опитування було зроблено у вигляді анкетування і складалось з одинадцяти питань, вісім з яких профільного змісту та три загального (дані студента: вік, стать, ЗВО, факультет, кафедра, курс навчання).

Участь в опитуванні прийняли загалом 90 студентів (28 студентів та 62 студентки), їх вік – 17–25 років, навчаються на бакалаврському рівні спеціальності «Туризм» кафедри туризму та кафедри спортивного туризму факультету туризму.

Одним із ключових питань анкетування було питання щодо задоволення студентів змістом системи фізичного виховання ЗВО. Згідно результатів опитування серед студентів повністю задоволеними змістом системи фізичного виховання виявились лише 22% студентів, в цілому задоволеними змістом системи фізичного виховання у ЗВО виявились – 45%. Для 7% студентів байдуже на зміст фізичного виховання, 11% вказали, що потрібно міняти щось в дусі часу. 8% опитаних вказали, що не задоволені змістом системи фізичного виховання у ЗВО, а 7% обрали, що фізичне виховання не потрібно взагалі (Рис. 1).

Наступним із ключових питань профільного змісту є ставлення студентів до включення в програму з фізичного виховання спортивно-оздоровчого туризму. Аналізуючи відповіді ми з'ясували, що студенти в більшості позитивно ставляться до включення в програму з фізичного виховання спортивно-оздоровчого туризму, зокрема у 83% опитаних вказали, що позитивно ставляться, 11% – байдуже та 6% – негативно (Рис. 2).

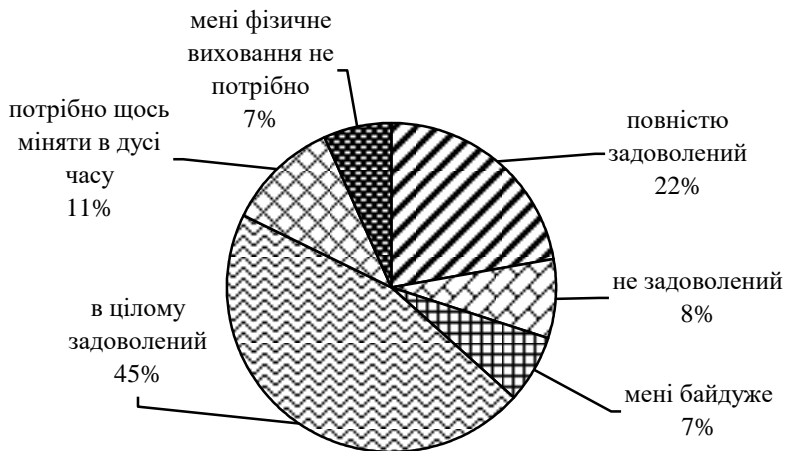


Рис. 1. Задоволення студентів змістом системи фізичного виховання ЗВО

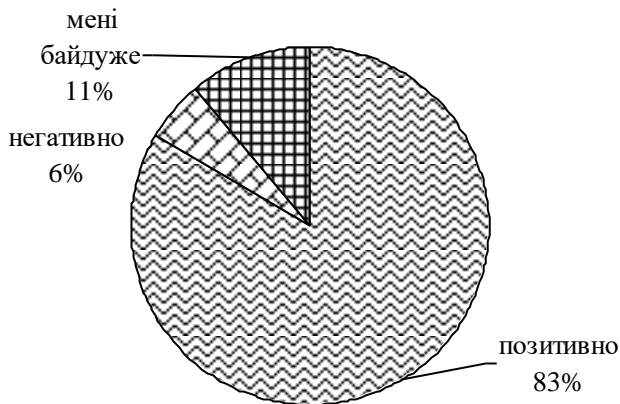


Рис. 2. Ставлення студентів до включення в програму з фізичного виховання спортивно-оздоровчого туризму

На питання профільного змісту про значення різних видів спортивно-оздоровчого туризму в житті сучасного суспільства, студенти спеціальності «Туризм» дали відповідь, що різні види спортивно-оздоровчого туризму мають високе значення – 64% (Рис. 3).

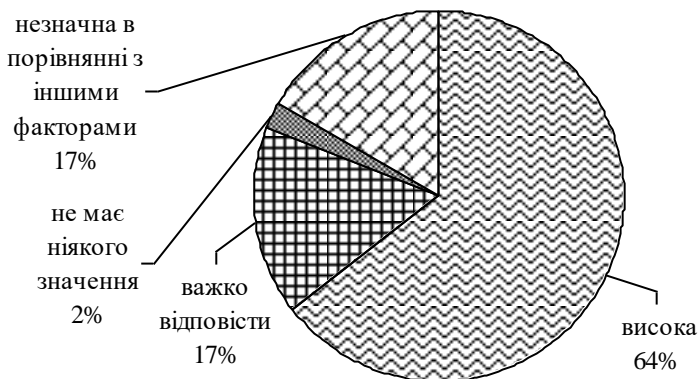


Рис. 3. Значення різних видів спортивно-оздоровчого туризму в житті сучасного суспільства

У наступному питанні анкети нас цікавила відповідь студентів щодо найбільш привабливих видів туризму для студента. Було запропоновано наступні види туризму: культурно-пізнавальний (екскурсійний) туризм, пішохідний туризм (активний відпочинок в природних умовах туристських походах), рекреаційний (лікувально-відновлювальний) туризм та спортивний туризм (змагання) (табл. 1). Студенти мали можливість обрати декілька варіантів.

Таблиця 1.

Найбільш привабливі види туризму для студента

Варіант відповіді	%
Культурно-пізнавальний (екскурсійний) туризм	21%
Пішохідний туризм (активний відпочинок в природних умовах туристських походах)	19%
Рекреаційний (лікувально-відновлювальний) туризм	0%
Спортивний туризм (змагання)	8%
Культурно-пізнавальний (екскурсійний) туризм; пішохідний туризм (активний відпочинок в природних умовах туристських походах)	19%
Культурно-пізнавальний (екскурсійний) туризм; пішохідний туризм (активний відпочинок в природних умовах туристських походах); рекреаційний (лікувально-відновлювальний) туризм	4%
Культурно-пізнавальний (екскурсійний) туризм; пішохідний туризм (активний відпочинок в природних умовах туристських походах); спортивний туризм (змагання)	2%
Культурно-пізнавальний (екскурсійний) туризм; рекреаційний (лікувально-відновлювальний) туризм	3%

Варіант відповіді	%
Культурно-пізнавальний (екскурсійний) туризм; рекреаційний (лікувально-відновлювальний) туризм; спортивний туризм (змагання)	0%
Культурно-пізнавальний (екскурсійний) туризм; спортивний туризм (змагання)	1%
Пішохідний туризм (активний відпочинок в природних умовах туристських походів); рекреаційний (лікувально-відновлювальний) туризм	5%
Пішохідний туризм (активний відпочинок в природних умовах туристських походів); рекреаційний (лікувально-відновлювальний) туризм; спортивний туризм (змагання)	0%
Пішохідний туризм (активний відпочинок в природних умовах туристських походів); спортивний туризм (змагання)	15%
Рекреаційний (лікувально-відновлювальний) туризм; спортивний туризм (змагання)	3%

Опрацювавши отримані дані, ми з'ясували, що найбільш привабливими видами туризму для студентів є культурно-пізнавальний (екскурсійний) туризм – 21% та пішохідний туризм, (активний відпочинок в природних умовах туристських походів) – 19%, а також їх поєднання – 19%.

На питання анкети про найпривабливіші для занять різновиди туризму респонденти з переліку поданих різновидів туризму обирали три види та вказували їх пріоритетність (де 1 – найпривабливіший, 3 – менш вагомий) (табл. 2).

Таблиця 2.

Найпривабливіші для занять різновиди туризму

Різновид туризму	Найпривабливіший	Привабливий	Менш вагомий
Походи вихідного дня	71%	19%	10%
Туристські зльоти та фестивалі	18%	50%	32%
Туристські багатоденні походи	41%	29%	30%
Змагання з туристських походів	17%	33%	50%
Змагання з туристського багатоборства	0%	0%	0%
Туристські навчальні збори	22%	45%	33%
Навчальні спеціалізовані заняття в спортзали	35%	31%	34%

Найбільш привабливими студенти обрали походи вихідного дня – 71%, привабливими – 50% туристські зльоти та фестивалі, а менш вагомими обрали 50% студентів змагання з туристських походів.

У питанні щодо найнеобхідніших елементів техніки пішохідного туризму студенти обирали не більше трьох варіантів зі запропонованих елементів: орієнтування на місцевості, визначення відстані та/або висоти, в'язання вузлів,

укладання наплічника, надання долікарської допомоги, розпалювання багаття, встановлення намету, підйом і спуск по мотузці, навісні переправи. Результати цього питання показали, що найнеобхіднішими, на думку студентів, є орієнтування на місцевості – 60%, надання долікарської допомоги – 10% та по 7% на розпалювання багаття та встановлення намету (Рис. 4). Результати щодо поєднання елементів техніки пішохідного туризму наступні: поєднання орієнтування на місцевості, надання долікарської допомоги та встановлення намету – 20%, поєднання елементів з орієнтування на місцевості, укладання наплічника, надання долікарської допомоги та поєднання орієнтування на місцевості, розпалювання вогню та встановлення намету обрали по 9% кожне поєднання.

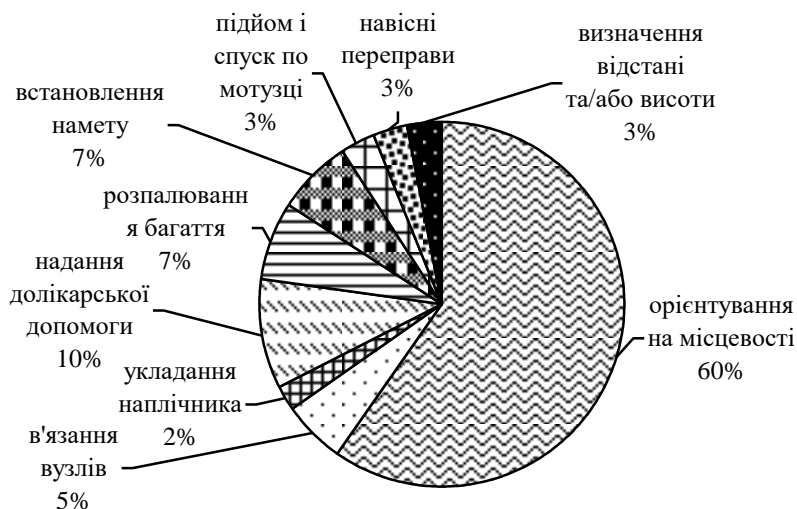


Рис. 4. Найнеобхідніші елементи техніки пішохідного туризму

На питання про вміння і навички в пішохідному поході респонденти обирали найбільш важливі для підготовки туриста із запропонованого переліку: техніка пішохідного туризму, техніка подолання природніх та штучних перешкод, техніка страховки та самостраховки, техніка бівуачних робіт, техніка рятувальних робіт, техніка переправ. Студенти мали можливість обрати не більше трьох варіантів. На думку студентів найбільш важливими вміннями та навичками є техніка подолання природніх та штучних перешкод – 24%, техніка пішохідного туризму – 22% та техніка страховки та самостраховки – 22% (Рис. 5). Поєднання найбільш важливих вмінь та навичок наступні: техніка подолання природніх та штучних перешкод, техніка страховки та самостраховки, техніка рятувальних робіт – 17%, техніка пішохідного туризму, техніка подолання природніх та штучних перешкод, техніка рятувальних робіт – 12%, техніка

пішохідного туризму, техніка подолання природніх та штучних перешкод, техніка страхівки та самострахівки – 9%.

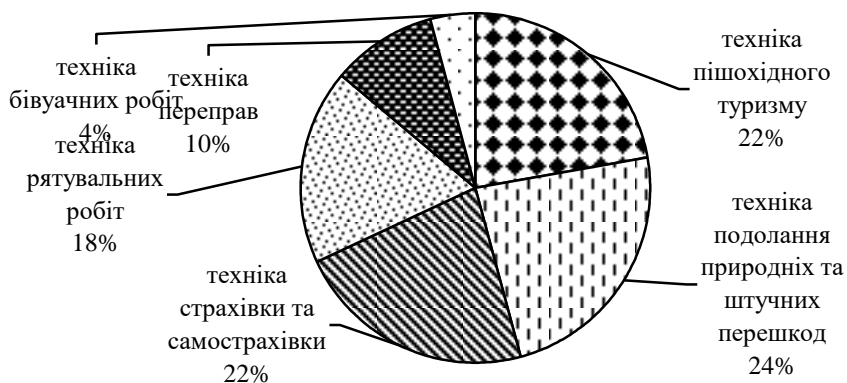


Рис. 5. Найбільш важливі вміння та навички в пішохідному поході

У питанні про рухові здібності яким має оволодіти турист (пішохідник) для спортивного вдосконалення в багатоденних туристських походах. Було запропоновано здібності, з яких студенти обирали не більше трьох: силові здібності, швидкісні здібності, координаційні здібності, загальна витривалість, спеціальна витривалість, швидкісно-силові здібності. Згідно результатів опитування більшість студентів обрали наступні здібності: координаційні здібності – 21%, загальну витривалість – 21% та силові здібності – 18% (Рис. 6).

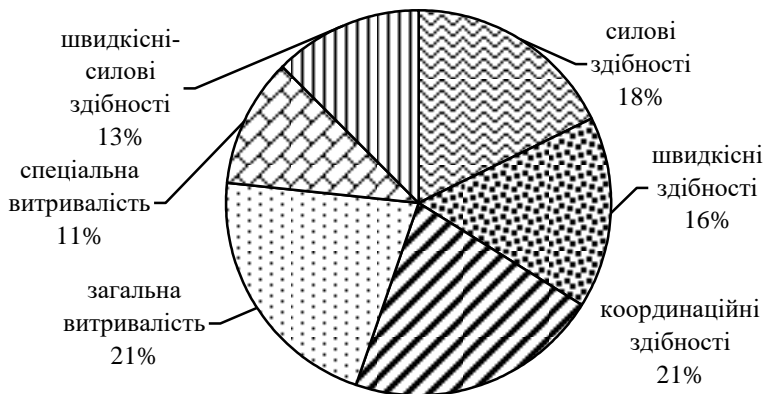


Рис. 6. Рухові здібності якими повинен володіти турист (пішохідник) для спортивного вдосконалення в багатоденних туристських походах

Результати вищенаведених питань показали рівень знань студентів з спортивно-оздоровчого (пішохідного) туризму та на що потрібно звернути більше уваги при розробці навчальної та робочої програм фізичного виховання з елементами спортивно-оздоровчого туризму.

Висновки. Проведене соціологічне дослідження та аналіз отриманих даних дозволяють зробити наступні висновки:

1. Задоволення студентів змістом системи фізичного виховання у ЗВО є неоднаковим. Проте більшість з них є в цілому задоволені чи повністю задоволені.

2. Ставлення студентів до включення в програму з фізичного виховання спортивно-оздоровчого туризму є позитивним.

3. Найбільш привабливими видами туризму для студентів виявились культурно-пізнавальний (екскурсійний) туризм, пішохідний туризм (активний відпочинок в природних умовах туристських походах), а також їх поєднання.

4. У визначенні пріоритету найпривабливіших різновидів туризму для занять студенти найпривабливішими обрали походи вихідного дня, привабливими – туристські зльоти та фестивалі. Менш привабливими для студентів виявились змагання з туристських походів.

5. У питанні щодо найнеобхідніших елементів техніки пішохідного туризму студенти обирали орієнтування на місцевості, надання долікарської допомоги та розпалювання багаття, встановлення намету.

6 Найбільш важливими вміннями і навиками в пішохідному поході респонденти обрали техніку подолання природніх та штучних перешкод, техніку пішохідного туризму та техніку страхівки та самострахівки.

7. Рухові здібності якими має оволодіти турист (пішохідник) для спортивного вдосконалення в багатоденних туристських походах більшість студентів обрали координаційні здібності, загальну витривалість та силові здібності.

8. Питання анкети відобразили рівень знань студентів з спортивно-оздоровчого (пішохідного) туризму.

Перспективи подальших досліджень. На основі отриманих даних анкетування буде розроблено програму спортивно-оздоровчого туризму як складову частину програми фізичного виховання, в яку буде включено найкращі види, різновиди туризму та комплекс вправ для покращення рухової активності студентів.

Список використаних джерел:

1. Єрко А.В. Конструктивно-географічні засади організації спортивно-оздоровчого туризму Волинської області.: дис. ... канд. геогр. наук : 11.00.11. Волинський національний університет імені Лесі українки. Луцьк, 2021. 244 с.
2. Лабарткава К.В., Лабарткава В.К. Аналіз ставлення студентів 17-18 років спеціальності «Туризм» до спортивно-оздоровчого туризму як складової фізичного виховання. Scientific Collection «InterConf», (48): with the Proceedings of the 8th International Scientific and Practical Conference

- «Challenges in Science of Nowadays» (April 4-5, 2021). Washington, USA: EnDeavours Publisher, 2021. С. 1047-1052.
3. Лабарткава В.К., Лабарткава К.В., Кушнір І.С., Заліско О.К. Динаміка стану фізичної підготовленості студентів 17-18 років напрямку «Туризм» під час міжсезонного етапу. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2020. Випуск 8 (128) 20. С. 96-101. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series.15.2020.8\(128\).22](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series.15.2020.8(128).22)
 4. Освітня програма рівня вищої освіти «Бакалавр» спеціальності 242 «Туризм» [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://ldufk.edu.ua/files/Nauka/zvit/bakal%20z%20turizmu%20obsl..pdf>
 5. Ячнюк М.Ю. Технологія впровадження засобів активного туризму в рекреаційну діяльність студентської молоді : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.02; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. Київ, 2016. 20 с.
 6. Zanevskyu, I.P., & Labartkava, K.V. (2020). Trans-season reliability of the physical fitness testing in students of the “Tourism” speciality. *Theory and Methods of Physical Education*, 20(2), 95-101. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2020.2.05>
 7. Zanevskyu I. Sport Health Tourism in the Fitness Program for the Student’s Youth / Zanevskyu I., Labartkava K. // *Proceedings Book 7th International Conference on Science Culture and Sport (15–18 October 2020)*. Ekim, 2020. P. 46.