

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УМАНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ПАВЛА ТИЧИНИ

**ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ
УМАНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО
ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ**

Випуск 3

**Умань
2022**

Засновник: Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини.
Регістраційне свідоцтво: КВ № 7095 від 21.03.2003 р.

*Рекомендовано до друку Вченою радою
Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини
(протокол № 3 від 20 вересня 2022 р.).*

Збірник внесено до **Категорії «Б»** Переліку наукових фахових видань України, в яких можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора і кандидата наук, доктора філософії (педагогічні науки, спеціальності 011, 015). Наказ МОН України від 15.10.2019 р. № 1301.

Збірник зареєстрований, реферується та індексується у наукометричних базах даних, пошукових системах та репозитаріях:

Index Copernicus
Google Scholar
CrossRef
WorldCat (США)
Bielefeld Academic Search Engine (BASE)
ISSN International Centre (м. Париж)
Українська науково-освітня мережа УРАН
Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського
Реферативна база даних «Україніка наукова»

З-41 Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету. Вип. 3 / МОН України, Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини ; [голов. ред. О. І. Безлюдний]. – Умань : Візаві, 2022. – 170 с.

У збірнику публікуються результати наукових досліджень актуальних проблем у галузі педагогічних наук: загальної педагогіки та історії педагогіки, теорії та методики навчання, корекційної педагогіки, теорії і методики професійної освіти, соціальної педагогіки, теорії і методики управління освітою, теорії і методики виховання, дошкільної педагогіки, теорії навчання.

Відповідальність за достовірність поданої інформації (зміст, точність цитат, прізвищ, дат тощо), а також за дотримання академічної доброчесності у своїх статтях несуть автори публікацій.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

Безлюдний О. І. (головний редактор) – доктор педагогічних наук, професор, ректор Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини;

Браславська О. В. (заступник головного редактора) – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри географії та методики її навчання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини;

Балдинюк О. Д. (відповідальний секретар) – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини;

Мартинюк М. Т. – дійсний член Національної академії педагогічних наук України, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри фізики і астрономії та методики їх викладання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини;

Білецька І. О. – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теорії та практики іноземних мов Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини;

Вакалюк Т. А. – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри інженерії програмного забезпечення Державного університету «Житомирська політехніка»;

Вальчак Б. – доктор хабілітований, професор Університету імені Адама Міцкевича в Познані (Польща);

Годованюк Т. Л. – доктор педагогічних наук, професор, проректор з наукової роботи Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини;

Ищенко Л. В. – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри психології та педагогіки розвитку дитини Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини;

Кириленко К. М. – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри філософії і педагогіки Київського національного університету культури і мистецтв;

Коберник О. М. – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри педагогіки та освітнього менеджменту Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини;

Кучеренко І. А. – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри практичного мовознавства Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини;

Комар О. С. – доктор педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри англійської мови та методики її навчання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини;

Кушнір В. І. – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри дошкільної освіти Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини;

Муковіз О. П. – доктор педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри теорії початкового навчання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини;

Семчук С. І. – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри дошкільної освіти Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини;

Ткачук Г. В. – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри інформатики та інформаційно-комунікаційних технологій Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини.

ЗМІСТ

Закопець Михайло Принципи і підходи розвитку фахової компетентності майбутнього виконавця-духовика	6
Коллегаєв Михайло Методичні аспекти формування професійного досвіду у підготовці майбутніх фахівців з активних видів туризму	15
Варганова Діна, Коломієць Роман Особливості організації лабораторних робіт при вивченні фізики студентами ІТ-спеціальностей	24
Курило Ольга Психолого-педагогічний супровід індивідуально-креативного професійного становлення майбутніх інженерів-педагогів харчової галузі	34
Полехіна Вікторія Теоретичні основи визначення змісту поняття «активна громадянська позиція молоді»	42
Кугай Наталія, Володько Анна Реалізація наскрізної лінії «підприємливість і фінансова грамотність» під час вивчення функцій у базовій школі	49
Байдюк Любо Теоретичні передумови формування основ читацької компетентності молодших школярів	59
Husztı Pona, Lechner Pona, Bárány Erzsébet, Fábıán Márta Quaranteaching at a Transcarpathian Higher Educational Establishment: Student Views	70
Яворська Стефанія, Романюк Світлана Формування орфографічних знань і вмінь учнів у процесі виконання розумових дій	81
Boichevska Pona, Veremiuk Liudmyla Influence of Reformist Pedagogy on the Development of European Education in the late 19th – early 20th century	90
Білан Інна Досвід науковців-практиків щодо реалізації естетичної компетентності при викладанні математичних дисциплін	99

Ткачук Лариса, Ткачук Мирослава Позашкільна освіта в Україні у контексті глобалізації, європейської інтеграції та національної самоідентифікації	110
Дубова Наталія Сучасні підходи до впровадження проєктної технології під час підготовки бакалаврів харчової галузі	119
Мироненко Наталя, Абрамова Оксана Формування дизайнерських умінь у здобувачів технологічної та професійної освіти під час вивчення дисциплін професійної підготовки	126
Шкляєва Галина Деонтологічна складова підготовки сучасного педагога	134
Біницька Катерина, Щербяк Юрій Діяльність закладів вищої освіти для розвитку циркулярної економіки: закордонний та вітчизняний досвід	141
Шевченко Олена, Лещенко Тетяна Використання групової роботи під час вивчення української мови як іноземної здобувачами вищої медичної освіти: теоретичний аналіз	150
Білецька Ірина, Колісніченко Ангеліна Застосування акмеологічних технологій у процесі підготовки майбутніх учителів іноземної мови в закладах вищої освіти	159

УДК 371.132:796.5

МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ДОСВІДУ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З АКТИВНИХ ВИДІВ ТУРИЗМУ

Михайло Коллегаєв, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент фізичної терапії, ерготерапії та фізичної культури і спорту, Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія.

ORCID: 0000-0003-2423-9537

E-mail: turclub.kollegaev@gmail.com

У статті розглянуто проблеми підготовки фахівців для активних видів туризму в контексті формування їхнього професійного досвіду. Проаналізовано форми та методи формування та корекції ситуаційного оформлення професійного досвіду у провідних світових системах підготовки, зокрема: підготовки гідів пригодницького туризму, а також сертифікованої підготовки IFMGA / UIAGM / IVBV гірських гідів. Проведено аналіз результатів реалізації авторської методики цілеспрямованого формування різноманітного ситуаційно оформленого похідного досвіду у межах програми підготовки туристів до складних комбінованих походів у Заполяр'ї.

Ключові слова: спортивно-туристична підготовка; гірський гід; гід пригодницького туризму; професійний досвід; індивідуальний похідний досвід; ситуаційна оформленість досвіду; фактор «екстремальної ситуації»; категорія складності; комбінований похід.

METHODOLOGICAL ASPECTS OF THE FORMATION OF PROFESSIONAL EXPERIENCE IN THE PREPARATION OF FUTURE SPECIALISTS IN ACTIVE TYPES OF TOURISM

Mykhailo Kollahaiev, Candidate of Pedagogical Sciences (Ph.D.), Docent, Associate Professor at the Department of Physical Therapy, Occupational Therapy and Physical Culture and Sports, Khortytsia National Educational and Rehabilitational Academy.

ORCID: 0000-0003-2423-9537

E-mail: turclub.kollegaev@gmail.com

The article deals with the problems of training specialists for active types of tourism in the context of the formation of their professional experience. The forms and methods of formation and correction of situational formalization of professional experience in the world's leading training systems are analyzed. In particular: the training of adventure tourism guides at the universities of Canada and New Zealand, as well as certified IFMGA / UIAGM / IVBV mountain guide training.

The article analyzes the existing systems of sports and tourist, and mountaineering training, which were methodically developed and formed in the USSR. It is shown that these programs have limited effectiveness in terms of the situational diversity of experience formation at the stage of sports growth of tourists and climbers. At the same time, it is precisely the insufficient variety of situational design of experience that is the reason for the emergence of the "extreme situation" factor. It is shown that the negative impact of the "extreme situation" factor can manifest itself either in the form of erroneous actions that affect the safety or in the form of depletion of the body's functional reserves or even

damaging effects from excessive compensatory mechanisms of the adaptive response.

The article analyzes the results of the implementation of preparation for complex combined trips in the Arctic, based on the author's method of purposeful formation of a diverse situationally designed hiking experience.

It is shown that the implemented author's technique made it possible to exclude the occurrence of the "extreme situation" effect among the participants, despite the impact of strong and prolonged stress factors during difficult hikes.

In addition, the applied methodology made it possible to avoid the shortcomings of the traditional system of training in hiking tourism and significantly reduce the time for the formation of universal high-class sportsmen-tourists by at least half.

Keywords: *sports and tourism training; mountain guide; adventure tourism guide; professional experience; individual professional experience; situational design of experience; factor of "extreme situation"; category of difficulty; combined hike.*

Бурхливе та стійке зростання світової індустрії пригодницького та екстремального туризму в останні десятиліття, що до «ковідного» періоду становило 17% на рік, дозволяє прогнозувати попит на фахівців зазначеної сфери у майбутній мирній та відновленій після перемоги у війні Україні.

Професійні вимоги до кваліфікації гідів комерційних пригодницьких та екстремальних турів похідного типу значною мірою перевищують вимоги до керівників спортивних походів порівнянної складності, оскільки клієнти комерційних турів не мають спеціальної підготовки.

Відповідно до опитування керівників туристичних фірм і працівників центрів дитячо-юнацького туризму, основним фактором підготовки фахівців активних видів туризму є наявність практичного спортивного досвіду й обов'язкової інструкторської підготовки [1]. Таким чином, ефективне формування досвіду професійної, зокрема спортивно-туристської діяльності, у період навчання є необхідною умовою готовності фахівця до професійної діяльності в індустрії активних видів туризму.

Дослідження структури досвіду професійної діяльності показали, що найважливішою характеристикою професійного досвіду суб'єкта з погляду ефективності професійної діяльності є ситуаційна оформленість досвіду [2], коли «одинацями» досвіду є цілісні ситуації розв'язання проблем, що містять сценарії розвитку подій, причини їх виникнення і найбільш ефективні способи вирішення [3].

Сучасні системи підготовки фахівців та організації подорожей в активних видах туризму на пострадянському просторі багато в чому базуються на методичних засадах спортивно-туристської підготовки та правилах проведення спортивних походів, що сформувалися на початку 1980-х років у період максимального розвитку спортивного туризму як виду спорту та як масового самодіяльного клубного руху.

Провідні спеціалісти спортивного туризму та альпінізму того періоду В. Ю. Попчиковський, В. Д. Тихомиров, Ю. А. Штюрмер, М. М. Волков, П. П. Захаров, Б. Маринов та Г. Хубер визнавали значення конкретного змісту та ситуаційного розмаїття реального досвіду спортсменів як найважливішого фактора безпеки та успішності походів та сходжень [4]. Проте практично завдання створення методик цілеспрямованого формування похідного досвіду під час спортивно-туристської підготовки ніколи раніше не розглядалися. Спортивне зростання та відповідно розвиток індивідуального похідного досвіду спортсменів-туристів як тоді, так і зараз розглядаються як послідовне формальне зростання категорій складності скоєних

походів.

Автором статті було розроблено власні методики цілеспрямованого формування ситуаційно оформленого похідного досвіду, які були апробовані на початку 2000-х років у межах програми підготовки туристів-початківців студентського клубу «Пілігрим» до складних комбінованих походів у Заполяр'ї.

Цілями цієї статті є: аналіз наявних систем підготовки фахівців для активних видів туризму в контексті цілеспрямованого формування професійного досвіду, а також аналіз результатів реалізації авторської методики цілеспрямованого формування різноманітного ситуаційно оформленого похідного досвіду у межах програми підготовки туристів-початківців до складних спортивних походів.

Аналіз наявних форм, методів та умов підготовки в активних видах туризму показав, що основою сучасної професійної підготовки в активних видах туризму є багаторічна спортивно-туристська підготовка, а також висока кваліфікація в окремих екстремальних видах спорту.

Найвищим стандартом такої підготовки, реалізованої в часових межах освітнього процесу (бакалаврату), є підготовка гідів пригодницького туризму (Adventure Studies in the Bachelor of Tourism Management degree). Ця програма унікальна і реалізована лише в кількох ЗВО світу, наприклад в університетах Канади (Thompson Rivers University, Capilano University, Vancouver Island University, New Brunswick Community College) та Новій Зеландії (Waiariki Institute of Technology, Queenstown Resort College). Особливістю навчання є винятковий акцент на спортивне вдосконалення у низці екстремальних видів спорту з обов'язковою сертифікацією. При цьому частина цих екстремальних видів відповідають прийнятним у нас видам спортивного туризму (гірський, водний та ін.). Іншу частину складають екстремальні види спорту, що використовуються у пригодницьких турах (дайвінг, джампінги, гірські лижі, скелелазіння тощо).

Ці ЗВО, як правило, розташовані в горах, у кроковій доступності від природних тренувальних полігонів, що дозволяє реалізовувати щоденну та цілорічні навчально-тренувальну діяльність під керівництвом сертифікованих гірських гідів IFMGA / UIAGM / IVBV протягом усього терміну навчання. Практика студентів реалізується в найкращих та найчастіше експериментальних пригодницьких турах як асистенти гіда, що дозволяє забезпечити формування різноманітності ситуаційної оформленості професійного досвіду [4].

У свою чергу, найвищим світовим стандартом сертифікованої професійної підготовки є курси гірських гідів IFMGA / UIAGM / IVBV. Ці курси є своєрідною вершиною піраміди багатоетапної підготовки для вже досвідчених альпіністів високого класу. При цьому тривалість підведених етапів у вигляді різних спеціалізованих курсів і стажувань, які є обов'язковими для вступу на курси гірських гідів IFMGA / UIAGM / IVBV займає в середньому 4–5 років. Таким чином, підготовка на курсах гірських гідів IFMGA / UIAGM / IVBV спрямована на цілеспрямовану корекцію та доповнення ситуаційної оформленості професійного досвіду у спортсменів та гідів високої кваліфікації [4].

Аналіз наявних систем спортивно-туристської та альпіністської підготовки, що методично склалися та сформувалися за часів СРСР, показує, що ці програми мають обмежену ефективність в аспекті формування ситуаційного розмаїття досвіду,

особливо на етапі спортивного зростання туристів та альпіністів.

Система спортивного зростання як у туризмі, так і в альпінізмі, заснована на поступовому та послідовному зростанні складності подорожей, стимулює молодих спортсменів домагатися зростання своїх спортивних розрядів завдяки мінімальній кількості походів та сходжень. Маючи обмежені тимчасові та фінансові ресурси, молоді спортсмени змушені оптимізувати результативність своїх спортивних подорожей за допомогою вибору стабільних погодних сезонів та «обкатаних» стандартних маршрутів у добре освоєних районах. При цьому відбувається ігнорування таких форм збагачення похідного досвіду, як походи в міжсезоння та технічні тренувальні походи, які традиційно застосовувалися при підготовці до складних походів [5].

Таким чином, подібна «ефективність» не забезпечує формування найважливішого компонента досвіду – його ситуаційного розмаїття, що негативно впливає на підготовленість спортсменів.

Автор протягом свого 30-річного «стажу» керівництва складними походами неодноразово стикався з ситуаціями, коли учасники, які мали подібну траєкторію спортивного зростання, виявлялися психологічно не підготовленими до ефективної діяльності в тривалих ускладнених погодних чи ситуаційних умовах, сприймаючи складну, але робочу ситуацію як екстремальну. У результаті такі учасники при пролонгованій дії фактора «екстремальної ситуації» втрачали за похід на 4–6 кг більше ваги, ніж досвідчені туристи тієї ж групи.

Стресогенний фактор «екстремальної ситуації» є психологічно суб'єктивним і виникає, коли при оцінці ступеня складності чи небезпечності проблеми та оцінки своїх можливостей суб'єкт робить негативний прогноз щодо своїх здібностей розв'язати проблему. У похідному туризмі він, як правило, виникає внаслідок нестачі або неправильної сформованості індивідуального похідного досвіду. Негативно вплив фактора екстремальної ситуації може виявлятися як у вигляді помилкових дій, що впливають на безпеку, або у вигляді виснаження функціональних резервів організму чи навіть пошкоджувальних впливів від компенсаторних механізмів адаптаційної відповіді [6].

Структура та ситуаційна оформленість індивідуального похідного досвіду [7], ефективність застосування змагальної діяльності у підготовці до складних походів [8], а також адаптаційні аспекти фактора «екстремальної ситуації» у складних походах [9] було розглянуто у попередніх роботах. У цій роботі розглянуто результати апробації авторської методики цілеспрямованого формування ситуаційно оформленого похідного досвіду.

У 1990-х роках автор регулярно організовував складні автономні комбіновані походи в Заполяр'ї, а також численні спортивні та тренувальні технічні походи в період міжсезоння, що дозволило автору розробити власну методику цілеспрямованого формування ситуаційного оформленого похідного досвіду.

У 2001 році автором був організований студентський туристський клуб «Пілігрим» Класичного приватного університету, на базі якого було реалізовано та апробовано авторську методику у межах програми підготовки до складних автономних комбінованих походів.

У таблиці 1 представлені основні напрями, цілі, форми та результати авторської програми підготовки до складних автономних комбінованих походів, реалізованої у 2002–2006 роках у туристському клубі «Пілігрим».

Таблиця 1

**Основні характеристики авторської програми підготовки
до складних автономних комбінованих походів**

Напрями	Підготовка до складних походів	Змагання з техніки туризму	Інструкторська підготовка
Цілі	Комбіновані походи у Заполяр'я	Спортивні досягнення; Технічні навички	Професійно орієнтована підготовка
Форми	Спортивні та тренувальні походи у міжсезоння; семінари «Школи виживання»	Тренування та змагання з техніки туризму	Види клубної організаційної діяльності
Результати	Походи 5 к.с. за: Полярним Уралом 2004 р.; Кольському півострові 2005 р.; Більшеземельській тундрі 2006 р. Формування ситуаційно різноманітного похідного досвіду	Перемоги на: Кубках України з ТГТ у 2005, 2006 рр.; на Першості області з ТПТ у 2005–2007 рр. КМС зі спортивного туризму (з багаторазовим підтвердженням). Досвід реалізації технічних навичок у стресових умовах змагань	Керівництво походами 1–2 к.с. та групами на туристських зборах; капітан команди на змаганнях; суддя та начальник дистанції змагань та зльотів; інструктор польового табору. Досвід ухвалення рішень під час керівництва походами. Досвід різних видів інструкторської діяльності

Підготовка містила такі напрями: підготовка до складних спортивних походів; підготовка до участі у змаганнях високого рівня з техніки спортивного туризму; інструкторська підготовка. Як видно з таблиці 1, усі ці напрями підготовки забезпечували формування компонентів професійного та спортивного досвіду, який у контексті похідного туризму називаємо індивідуальним похідним досвідом [7].

Напрямок підготовки до складних походів було засновано на авторській методиці цілеспрямованого формування похідного досвіду. Її метою була прискорена підготовка студентів-новачків до складних автономних комбінованих походів у Заполяр'ї у період навчання на бакалавраті.

Підготовка містила наступні тимчасові й цільові етапи: мотиваційний етап; базовий етап освоєння навичок та похідного досвіду, ситуаційно оформленого в несприятливих та екстремальних умовах; етап удосконалення похідного досвіду у складних походах у Заполяр'ї.

Основною метою мотиваційного етапу було створення референтної групи ентузіастів похідного туризму та формування на її основі сталої мотивації до участі у складних походах у Заполяр'ї. Для цього було виконано такі завдання: ознайомлення з особливостями похідного туризму під час участі у походах 1–3 категорій складності; набуття успішного досвіду подолання складних ситуацій в умовах міжсезоння; створення команди однодумців (референтної групи); постановка конкретної мети та термінів її реалізації.

Більшість заходів цього та наступних етапів проводилося у тренді безперервного та послідовного зростання складності та навантажень у період міжсезоння. Це саме по собі створювало можливості для ситуаційного розмаїття діяльності в несприятливих погодних умовах, а також подолання контрольованих «екстремальних ситуацій». Параметри мотиваційного етапу представлені у таблиці 2.

Таблиця 2

**Мотиваційний етап підготовки до складних походів
(2002–2003 рр.)**

Форми підготовки	Умови	Ситуаційна оформленість	Компоненти ІПО
Пішохідні походи 1–2 к.с.	Жовтень – листопад, нестійка погода	Контрольована «екстремальна ситуація»	Успішний досвід руху за маршрутом та бівальні роботи у шквальних умовах
Водні походи 1–2 к.с.	Травень, серпень. Сприятливі	Участь у походах. Перші аварії у порогах	Успішний досвід аварій та ремонту байдарок
Піший похід 3 к.с.	Січень. Сійко несприятливі, до екстремальних	2 циклони. Великі перепади погодних умов (від +5 до -24)	Успішний досвід тривалого руху в хуртовину, проблемного орієнтування та аварійної ночівлі
Тренувальний збір, Мигія, Південний Буг	Травень, нестійка погода	Подолання фактора екстремальної ситуації	Успішний досвід багаторазових переворотів та рятувальних робіт
Тренування, ПВД	На природному рельєфі, спортзал, всепогодно, з ночівлями	Закріплення позитивних емоцій від спільної діяльності	Формування технічних навичок

Метою базового етапу підготовки було створення умов похідного та змагального зростання, що забезпечують формування ситуаційного розмаїття досвіду успішного подолання складних завдань та ситуацій екстремального характеру. Ключовими заходами цього етапу були: комбінований похід у Карпатах та семінар «Школи виживання» у зимовому Гірському Криму. Параметри базового етапу представлені у таблиці 3.

Таблиця 3

**Базовий етап підготовки до складних походів
(2003–2004 рр.)**

Форми підготовки	Умови	Ситуаційна оформленість	Компоненти ІПО
Комбінований 3 к.с. Карпати	Сплав по р. Чорна Тиса (3 к.с.) – пішки по Чорногірському хребту (2 к.с.) – сплав по р. Чорний Черемош (2 к.с.)	Моделювання умов складного автономного походу: рюкзаки по 36 кг на гірському маршруті; метал на катамаранах. Без намету (шматок поліетилену)	Успішний досвід управління катамараном, досвід самостійного складання рам з жердин, походу без намету. Досвід руху з важкими рюкзаками з великими перепадами висоти
Тренувальні походи по Гірському Криму	Жовтень – листопад, нестійка погода	Рух сильно перетятим рельєфом у погану погоду	Похідний досвід у несприятливих похідних умовах

«Школа виживання» у Гірському Криму	Січень 2004, нестійка погода, мороз до -12, затяжна хуртовина, глибокий сніг	Побудови та ночівлі у різних типах притулків. Тренування на крутих снігових схилах. Навички самозатримання при зривах та роботи у зв'язках. Перехід зі складним орієнтуванням у хуртовину, аварійна ночівля під пологом	Успішний досвід будівництва та ночівлі в аварійних притулках взимку. Досвід орієнтування та руху в хуртовину на складному рельєфі. Досвід успішного подолання екстремальних ситуацій
Посібники пішими походами 1 к.с.	Травень, сприятливі	Самостійне керівництво походом	Досвід ухвалення рішень та управління групою
Тренування, ПВД	На природному рельєфі, спортзал. Цілорічно, всепогодно, з ночівлями	Закріплення позитивних емоцій від спільної діяльності	Формування технічних навичок
Участь у змаганнях	Міські та обласні першості з техніки гірського, пішохідного та водного туризму	Перші поразки. Перемога у першості міста з гірничого туризму. Виконання 1 розряду	Досвід поразок та посилення мотивації до тренувань. Досвід першої перемоги

Метою завершального етапу було набуття досвіду подолання складних автономних маршрутів у Заполяр'ї, ситуаційна різноманітність якого забезпечувалась географічними та кліматичними особливостями різних районів подорожей. Крім того, важливим компонентом підготовки на цьому етапі стала успішна участь у змаганнях високого рівня. Застосування технічних навичок та знань в екстремальних умовах змагань сприяє розвитку надійності їх застосування у складних походах. Параметри етапу представлені у таблиці 4.

Таблиця 4

**Етап удосконалення похідного досвіду
(2004–2006 рр.)**

Форми підготовки	Умови	Ситуаційна оформленість	Компоненти ШО
Полярний Урал 5 к.с. Липень – серпень 2004 року	Автономний діагональний перетин північної частини Полярного Уралу у напрямку Воркута – Ямал. 25 днів, 550 км	Рюкзаки по 38–42 кг. Тундра, стланік, переправи, гірські перевали 1Б, сплав 3 л. Багатоденний рух у негоду. Великі енерговитрати при розкладці 2300 ккал	Успішний досвід складного походу у Заполяр'ї. Досвід видобутку підніжного корму. Досвід подолання екстремальних умов у «робочому режимі»
«Школа виживання» у Гірному Криму Січень 2005 року	Нестійка погода	Будівництво та ночівлі у сховищах на незручному рельєфі. Транспортування потерпілого за складним рельєфом	Розвиток досвіду аварійних ночівель взимку. Успішний досвід проведення рятувальних робіт зі складним транспортуванням

Кольський півострів 5 к.с. Липень – серпень 2005 року	Сплав р. Сула – Умбозеро – Хібін (перевали 2* 2А) – тайга – сплав рр. Леб’яжа – Печа. 22 дні, 400 км.	Технічно складна пішохідна частина з перевалами 1Б та 2*2А. Проходження порогу 5 к.с.	Розвиток досвіду складних походів у Заполяр’ї. Досвід перевалів 2А, руху по тайзі та болотах, наведення переправ, проходження порога 5 к.с.
Тренувальні збори, піші та водні походи 1–2 л.с. 2004–2006 роки	Міжсезоння. Крим, Карпати	Самостійне керівництво походами	Розвиток досвіду ухвалення рішень та управління групою
Технічні походи	Перевали 1Б у зимовому Криму	Тренування та сходження в умовах, близьких до високих гір	Розвиток досвіду аварійних ночівель взимку. Успішний досвід проходження зимових технічних перевалів
Тренування, участь у змаганнях	Кубок України, обласні першості з техніки гірського, пішохідного та водного туризму	Перемоги на Кубку України з ТГТ у 2005– 2006 роках. Перемоги на першості області з ТПТ у 2005–2007 рр.	Закріплення різноманітного досвіду застосування технічних прийомів у стресових умовах змагань. Виконання та багаторазове підтвердження КМС на дистанціях гірського та пішохідного туризму
Організація змагань	Щорічні відкриті першості турклубу «Пілігрим» та туристські зльоти університету	Капітани команд на дистанціях 2–3 класи з техніки гірського та пішохідного туризму. Судді на етапах, начальники дистанцій, капітани та тренери команд на туристських зльотах	Різноманітний досвід з організації та участі у змаганнях у різних якостях
Великоземельська тундра – Полярний Урал 5 к.с. Липень – серпень 2006 року	Сплав рр. Хальмер-Ю – Силова-Яха – Великоземельська тундра – Полярний Урал – метал по рр. М. Уса-Уса. 24 дні, 530 км	Аномальні та екстремальні погодні, маршрутні. Аварії на сплаві 4 к.с. з руйнуванням катамарану. Рюкзаки на пішій частині по 38–40 кг. Складна переправа через р. Кару. Великі енерговитрати (5300 ккал) за розкладки 2300 ккал	Розвиток досвіду складних походів у Заполяр’ї. Досвід проходження складного автономного маршруту у тривалих екстремальних погодних умовах. Досвід результативного видобутку «підніжного корму» полованням та риболовлю

Як видно з таблиці 4, досягнуті за 5 років результати як у похідному, так і у змагальному туризмі свідчать про ефективність авторської методики комплексної спортивно-туристської підготовки новачків до складних автономних комбінованих походів, заснованої на цілеспрямованому формуванні похідного досвіду.

Отже, застосування авторської комплексної підготовки до складних комбінованих походів у Заполяр’ї, що ґрунтується на методиці цілеспрямованого формування різноманітного ситуаційно оформленого похідного досвіду, дозволило уникнути традиційних недоліків прийнятої системи підготовки у похідному туризмі.

Реалізована підготовка дозволила виключити виникнення ефекту «екстремальної

ситуації» в учасників, незважаючи на вплив сильних та тривалих стресогенних факторів під час походів.

Застосована методика дозволила значно скоротити терміни становлення універсальних висококласних спортсменів-туристів щонайменше вдвічі. При цьому отриманий результат було досягнуто в одній з найбільш технічно складних, важких та рідкісних форм похідного туризму, в автономних пішохідно-водних походах у Заполяр'ї.

Перспективи подальших розвідок в обраному напрямі передбачають подальшу обробку та аналіз накопичених даних під час підготовки та проведення автором складних походів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Огиенко Н. А. Оптимизация профессиональной подготовки специалистов активных и спортивных видов туризма в высших учебных заведениях: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Алматы, 2007. 17 с.
2. Саврасова А. Н. Формирование опыта профессиональной деятельности как условие профессионального развития будущих учителей. URL: <http://www.1.emissia.org/offline/news/2006/1023.htm> (дата звернення: 25.10.2021).
3. Карпов А. В. Профессиональный опыт руководителя. URL: http://www.hr-land.com/pages/art20071205_51358.html (дата звернення: 21.1.2021).
4. Коллегаев М. Ю. Формування готовності бакалаврів з туризму до професійної діяльності в індустрії активного відпочинку: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Запоріжжя, 2013. 268 с.
5. Рыжавский Г. Я. Тренировочные спортивные маршруты. Москва: ФиС, 1979. 168 с.
6. Медведев В. И. Взаимодействие физиологических и психологических механизмов в процессе адаптации. *Физиология человека*. 1998. Т. 24. № 4. С. 7–13.
7. Коллегаев М. Ю. Структура досвіду професійної діяльності в активних видах туризму. *Вісник Луганського Національного університету: педагогічні науки*. Луганськ, 2010. Вип. 16(203). С. 32–38.
8. Коллегаев М. Ю. Роль змагань з техніки туризму в професійній підготовці туристських кадрів. *Педагогіка і психологія творчої особистості: проблеми і пошуки*. Запоріжжя, 2006. Вип. 40. С. 219–224.
9. Коллегаев М. Ю. Адаптаційні аспекти організації складних комбінованих автономних походів в контексті підготовки майбутніх фахівців з активних видів туризму. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. Запоріжжя: КПУ, 2022. Вип. 81. С. 203–208.

REFERENCES

1. Ogiyenko, N. A. (2007). Optimizatsiya professional'noy podgotovki spetsialistov aktivnykh i sportivnykh vidov turizma v vysshikh uchebnykh zavedeniyakh. *Extended abstract of candidate's thesis*. Almaty [in Russian].
2. Savrasova, A. N. (2006). Formirovaniye opyta professional'noy deyatel'nosti kak usloviye professional'nogo razvitiya budushchikh uchiteley. URL: <http://www.1.emissia.org/offline/news/2006/1023.htm> [in Russian].
3. Karpov, A. V. (2007). Professional'nyy opyt rukovoditelya. URL: http://www.hr-land.com/pages/art20071205_51358.html [in Russian].
4. Kollehaiev, M. Yu. (2013). Formuvannya hotovnosti bakalavriv z turyzmu do profesinyoyi diyal'nosti v industriyi aktyvnoho vidpochynku. *Candidate's thesis*. Zaporizhzhya [in Ukrainian].
5. Ryzhavskiy, G. Ya. (1979). Trenirovochnyye sportivnyye marshruty. Moscow: FiS [in Russian].
6. Medvedev, V. I. (1998). Vzaimodeystviye fiziologicheskikh i psikhologicheskikh mekhanizmov v protsesse adaptatsii. *Fiziologiya cheloveka*. Vol. 24, 4, 7–13 [in Russian].
7. Kollehaiev, M. Yu. (2010). Struktura dosvidu profesinyoyi diyal'nosti v aktyvnykh vydakh turyzmu. *Visnyk Luhanskoho Natsionalnoho, issue. 16(203)*, 32–38 [in Ukrainian].
8. Kollehaiev, M. Yu. (2006). Rol zmahany z tekhniky turyzmu v profesinyy pidhotovtsi turystskykh kadriv. *Pedahohika i psykhohohiya tvorchoyi osobystosti: problemy i poshuky, issue. 40*, 219–224 [in Ukrainian].
9. Kollehaiev, M. Yu. (2022). Adaptatsiyni aspekty orhanizatsiyi skladnykh kombinovanykh avtonomykh pokhodiv v konteksti pidhotovky maybutnikh fakhivtsiv z aktyvnykh vydiv turyzmu. *Pedahohika i psykhohohiya tvorchoyi osobystosti: problemy i poshuky, issue 81*, 203–208 [in Ukrainian].