

ФОРМИ І МЕТОДИ ДЛЯ ЗАНЯТЬ ПІДЛІТКІВ ТУРИЗМОМ ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВАХ ЛІТНЬОГО ОЗДОРОВЧОГО ТАБОРУ

FORMS AND METHODS FOR ADOLESCENTS' TOURISM CLASSES IN THE PEDAGOGICAL CONDITIONS OF THE SUMMER RECREATION CAMP

Статтю присвячено виявленню методико-педагогічних аспектів занять підлітків туризмом у педагогічних умовах літнього оздоровчого табору. Педагогічні умови є обставинами, які зумовлюють певний напрям педагогічного процесу, створений педагогами як продукт їхньої діяльності. Це наявність відповідної матеріально-технічної бази; кадрове забезпечення життєдіяльності табору та занять туризмом; належна організація, дидактичне забезпечення, організація та проведення процесу фізичного виховання, дотримання санітарно-гігієнічних норм тощо. Формування інтересу підлітків до занять туризмом здійснюється шляхом рекреаційно-оздоровчої діяльності, спрямованої на навички здорового способу життя з використанням природних та штучно створених умов у таких формах, як: ранкова гімнастика, оздоровчі заходи, організація загонових занять фізкультурою, екскурсій, спеціальне тренування перед здійсненням туристичного походу, його організація та проведення, презентація результатів тощо. Також ми пропонуємо використовувати форми та методи занять, які визначено програмою нашого авторського спецкурсу «Туризм – це більше, ніж мандрівка». На кожному занятті впроваджується оздоровча зміна близько 5–10 хвилин відводиться інструктором на розв'язання педагогічної ситуації чи завдання, що зумисне створене і пов'язане з набуттям досвіду організації, підготовкою до туристичного походу чи участю в його проведенні, усвідомлення значення занять туризмом для особистісного розвитку, спілкування, соціалізації, планів на майбутнє, професійного самовизначення тощо. Використання методу проєктів дає змогу будувати процес навчання і виховання на компетентнісній основі в діяльності, яка поєднує мету різних напрямів виховання.

Ключові слова: відпочинок, літній оздоровчий табір, методи, похід, оздоровлення, туризм, форми роботи.

The article studies methodological and pedagogical aspects of adolescents' tourism in pedagogical conditions of the summer recreation camp. Pedagogical conditions are the circumstances that determine a certain direction of the pedagogical process created by teachers as a product of their activity. This is the availability of appropriate logistical base; the camp's personnel and tourism activities; proper organization, didactic support, organization and realization of the process of physical education, following sanitary and hygienic regulations etc. Adolescents' interest in tourism is formed by recreational activities aimed at forming healthy lifestyle skills using natural and artificially created conditions in the following forms: morning gymnastics, recreation events, organization of physical training classes, excursions, special training before the walking tour, its organization and implementation, presentation of results, etc.

We also propose to use forms and methods of work, which are defined by the program of this author's special course: "Tourism is more than a journey." Throughout the camp activities, each lesson has a 5-10 minute section where the students are requested to solve a pedagogical situation or task that is intentionally created aiming to gain some experience of organizing a hiking tour, its preparation or participating in its conduct, awareness of the importance of tourism for personal development, communication, socialization, plans for the future, professional self-determination and more. The use of the project method allows the students to build a process of training and education on a competent basis, in the activity that combines the purposes of different areas of education.

Key words: leisure activity, summer recreation camp, methods, hiking tour, invigoration, tourism, forms of work.

УДК 373.5-053.6:796.5
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/23-1.8>

Соломчук Х.О.,
аспірант кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти
Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

Постановка проблеми. Літній оздоровчий табір є освітньою установою в системі позашкільної освіти, організація і проведення роботи в якому має на меті забезпечити повноцінний відпочинок та оздоровлення підлітків з урахуванням їхніх вікових особливостей, потреб та інтересів. Перебування у таборі під час літніх канікул сприяє розвитку особистісних здібностей підлітків у формах і методах навчально-оздоровчого дозвілля. Проблема методичного забезпечення занять підлітків туризмом у педагогічних умовах літнього оздоровчого табору виходить за межі суто педагогічного розгляду, є міжгалузєвою, а у вирішенні багатьох аспектів потребує врахування розробок фахівців фізичного виховання, медиків, психологів, соціальних працівників.

Аналіз останніх досліджень і публікацій із проблеми здійснюємо у зверненні до робіт україн-

ських та зарубіжних педагогів, психологів, працівників фізичної культури та спорту. Так, проблему туризму як соціокультурного феномену в аспектах спортивної, фізкультурної, оздоровчо-відпочинкової діяльності людей різного віку вивчали Т. Блистів, О. Вацеба, М. Лук'яненко, В. Федорченко, З. Філіпов та низка інших. Водночас В. Грановський, Ю. Самковський, А. Тимченко, Н. Тимошук, І. Шафранський та ін. аналізували туристичну роботу з дітьми та молоддю в позакласній роботі, зокрема в умовах літнього оздоровчого табору. Однак не розглянутою є проблема вибору ефективних форм і методів для занять із підлітками туризмом у педагогічних умовах літнього оздоровчого табору, що й зумовило вибір теми нашої статті.

Мета статті. Метою статті є виявлення загальних наукових і методико-педагогічних аспектів

вибору методичного інструментарію для занять підлітків туризмом у педагогічних умовах літнього оздоровчого табору. У межах визначеної мети необхідно вирішити такі завдання: з'ясувати особливості педагогічних умов літнього оздоровчого табору для занять туризмом; обґрунтувати доцільність вибору конкретних форм і методів для цих занять у роботі з підлітками.

Виклад основного матеріалу. Педагогічні умови літнього оздоровчого табору – це обставини, які зумовлюють певний напрям педагогічного процесу, створений педагогами як продукт їхньої діяльності. Під педагогічними умовами для занять підлітками туризмом в умовах літнього оздоровчого табору ми розуміємо такі: наявність відповідної матеріально-технічної бази (туристичне спорядження, спортивний зал, тренажерні майданчики, басейн, спортивний інвентар, душові, аудіо-, відеоапаратура, Інтернет тощо); кадрове забезпечення життєдіяльності табору та занять туризмом (інструктори, гіді, тренери, фізкерівники, медпрацівники, музкерівники та ін.); належна організація, дидактичне забезпечення, організація та проведення процесу фізичного виховання та підготовки, дотримання санітарно-гігієнічних норм (режим дня, поєднання відпочинку та праці, збалансоване харчування, умови для повноцінного сну) тощо.

У межах нашого дослідження ми розглядаємо першочергові умови формування інтересу у підлітків до занять туризмом у таборі – це відпочинок та оздоровлення. Як зазначено у Постанові Кабінету Міністрів України, дослідженнях проблеми, терміном «відпочинок» означено комплекс соціальних заходів виховного, медичного, гігієнічного, спортивного характеру, що забезпечують організацію дозвілля підлітків, відновлення фізичних і психічних функцій їхнього організму, сприяють розвитку духовності та соціальної активності підлітків, що здійснюються в дитячому закладі оздоровлення й відпочинку протягом відпочинкової зміни [1; 2]. Формування інтересу до занять туризмом у підлітків здійснюється шляхом рекреаційно-оздоровчої діяльності, спрямованої на формування здорового способу життя з використанням природних та гігієнічних (штучно створених) умов. Природні умови використовуються для того, щоб змінити вплив занять туризмом на організм підлітка у певних географічних чи кліматичних умовах (н-д, за різних $t^{\circ}\text{C}$ і вологості повітря), які мають самостійне значення для зміцнення здоров'я (наприклад, піша мандрівка на певному маршруті та у певній тривалості, вплив сонячних і повітряних чинників, купання, водні процедури тощо). Штучно створеними є гігієнічні умови для занять туризмом: особиста гігієна, гігієна туристичного маршруту (запланована і подолана відстань маршруту за певний наперед розрахований час, відпочинок на привалі, облаштування місця короткотривалої

зупинки чи ночівлі, робочий стан особистого спорядження та обладнання для групи), режим дня в поході (час і види супровідних занять, відпочинок, сон, час пробудження, харчування) тощо.

У режимі дня літнього оздоровчого табору фізкультурно-оздоровча, туристична робота проводиться у таких формах: ранкова гімнастика, оздоровчі заходи (сонячні і повітряні ванни, купання), організація загонів занять фізкультурою, екскурсій, спеціальне тренування перед здійсненням туристичного походу, його організація та проведення, презентація результатів тощо. Окрім цього, розпорядком табірної життя передбачено проведення спортивно-масової роботи: заняття в спортивних гуртках і тренування в командах із різних видів спорту, зокрема туристичного, навчання плаванню, проведення спортивних ігор загону, організація змагань у загоні з чотириборства, легкої атлетики, рухливі та спортивні ігри, проведення товариських зустрічей із командами і загонами свого та сусідніх таборів, проведення спартакіади у загоні та таборі тощо. Важливими формами фізкультурно-оздоровчої роботи є також наочні популяризаторські заходи: обладнання стендів для відображення результатів туристичної діяльності підлітків, новин спорту, рекордів, випуск фотостендів, проведення фізкультурної вікторини у загонах і між загонами, організація показу кінофільмів на спортивну тематику, радіоінформація про спортивні події в таборі, країні, світі, зустріч із майстрами спорту, господарська робота, облік спортивного інвентарю, ремонт і поновлення обладнання, облаштування місця для зберігання туристичного та іншого інвентарю, заготовка бланків, протоколів, грамот, медалей (н-д: «Чемпіон табору»), підготовка і обладнання місць для проведення оздоровчих заходів тощо.

Постійне використання ввідних, основних та перехідних форм фізичної рекреації на свіжому повітрі у таборі формує стійку систему занять фізичними вправами, що є передумовою для занять туризмом, включаючи ранкову гімнастику, плавання, заняття в спортивних секціях, вивчення речівок та похідно-маршових пісень, моделювання педагогічних ситуацій туристичного походу різного рівня складності, проведення дня туриста, спартакіад тощо.

Педагогічні умови життєдіяльності табору передбачають належне кадрове забезпечення проведення фізкультурно-оздоровчої роботи. У процесі формування у підлітків інтересу до занять туризмом надзвичайно важливою є діяльність інструктора з фізичної культури та туризму. Для роботи з підлітками на засадах особистісно орієнтованого підходу вихователів/тренерів/інструктор повинен зберегти та вдосконалити в собі такі особистісні та професійні якості, як: позитивне сприйняття іншої людини, емпатія, емоційність,

щирість, знання закономірностей розвитку дітей, уміння спілкуватися з дітьми різного віку, бути компетентним для організації та проведення туристичної діяльності молоді.

Для формування інтересу у підлітків до занять туризмом пропонуємо використовувати форми та методи занять, які визначено програмою нашого авторського спецкурсу «Туризм – це більше, ніж мандрівка». На кожному занятті упродовж оздоровчої зміни близько 5–10 хвилин відводилося інструктором на розв'язання педагогічної ситуації чи завдання, яке було зумисне створене і пов'язане з набуттям досвіду організації, підготовки до туристичного походу чи участі в його проведенні, усвідомлення значення занять туризмом для особистісного всебічного розвитку, міжособистісного спілкування, соціалізації, планів на майбутнє, професійного самовизначення тощо. Ми називаємо ці знання інтегративними валеологічними, оскільки мета і процес їх засвоєння вимагають актуалізації раніше засвоєних із різних шкільних предметів природничого, гуманітарного циклу; засобів мас-медіа (реклама, Інтернет ресурс, повнометражні та анімаційні фільми, комп'ютерні ігри), літературних творів; звернення до особистісного життєвого досвіду підлітка, фактів історії, виникнення, розвитку та значення туризму в регіоні тощо. Важливо пам'ятати, що за допомогою однієї і тієї ж ситуації, теми можна вирішувати як окремі, так і комплекс навчально-виховних завдань, створити настрій емоційного комфорту, співпраці, а шляхом отримання знань формувати систему цінностей, життєвих пріоритетів, поведінкових норм, мотиваційну сферу особистості підлітка до занять фізичною культурою у цілому і туризмом зокрема.

Для підготовки підлітків до занять туризмом необхідне систематичне заняття фізичними вправами, які в оздоровчому тренуванні сприяють розвитку фізичних якостей у взаємозв'язках між ними, а саме: швидкісно-силової та загальної витривалості, швидкості, гнучкості, спритності. Також необхідно застосовувати різноманітні засоби довільної та спеціально організованої рухової активності підлітків, а саме: фізичні вправи, рухливі ігри, фізкультперерви під час інших занять; оздоровчі сили природи; санітарно-гігієнічні вимоги до особистого та суспільного життя (чистота тіла, чистота приміщень, їх провітрювання і вологе прибирання, дотримання загального режиму рухової активності, режиму харчування і сну тощо); правила здорового способу життя, виховання навичок надання першої медичної допомоги при порізах, саднах, опіках, укусах комах, травмах тощо, обмеження граничного рівня учбового, фізичного, емоційного навантаження щоб уникнути перевтоми. При цьому рекомендуємо поєднувати фізично-рухову активність із психоемоційною та інтелектуально-пізнавальною, що сприятиме утвердженню

основної мети занять туризмом підлітків – оздоровлення, відпочинок та пізнання.

У процесі формування у підлітків інтересу до занять туризмом в умовах табору доцільним є використання методу проєктів, який дає змогу будувати процес навчання і виховання на компетентнісній основі через цілеспрямовану діяльність відповідно до особистісного інтересу, у поєднанні мети фізичного, емоційно-естетичного та інтелектуального напрямів виховання.

Інформація, самостійно здобута підлітками для власних проєктів, дасть змогу усвідомити життєву необхідність рухових умінь, знань та навичок, що здобуті під час підготовки та участі у туристичному поході. Підлітки стають більш обізнаними з теорією та історією туризму, з туристичним інвентарем, набувають навичок безпеки, виживання в екстремальних умовах, що необхідно для грамотного, усвідомленого, компетентного заняття туризмом. Проєктні технології дають змогу трансформувати заняття рухової активності в заняття освітнього напрямку. Окрім іншого, такі заняття допомагають підліткам, які з певних причин мають обмеження в руховій активності, проявити себе. Ми розробили для впровадження у навчально-виховний процес методичку інформаційно-дослідницького проєкту для підлітків «Україна – туристична країна». Завдання проєкту підлітки можуть виконувати як індивідуально, так і в групах, що дає змогу переходити їм до презентації проєктів, проявляючи свої знання, життєвий досвід та творчість. Як засвідчили результати даного проєкту, підлітки отримали знання, вміння і навички, пов'язані з правилами занять туризмом, особистісною та колективною підготовкою до походу, знаковими цільовими туристичними маршрутами у світі, Україні, рідному краї, історією туризму як соціокультурною практикою людини, професійною туристичною діяльністю тощо. Візуалізація даної інформації за допомогою комп'ютерних технологій, використання Інтернет-ресурсу дають змогу закріпити отримані знання у свідомості підлітків і перейти до практичних, підготовчих до походу занять та власне його організації та проведення. Методика проведення занять із підлітками в педагогічних умовах табору в межах проєкту передбачає використання різноманітних фізичних вправ для розвитку таких фізичних властивостей, як швидкість, сила, витривалість, гнучкість, якими обов'язково повинні володіти учасники туристичного походу. Однак не менш важливим є створення емоційного позитивного середовища, яке виконує роль мотиваційного чинника у процесі формування інтересу у підлітків до занять туризмом.

Висновки. Літній оздоровчий табір є одним із типів позашкільного навчального закладу, соціально-педагогічні умови якого створюють сприятливе середовище для формування у молоді інтересу до занять туризмом.

Робота сучасного літнього оздоровчого табору незалежно від його типу та форми власності орієнтована на вирішення низки завдань, що й становить основу педагогічних умов цього типу освітньо-оздоровчого закладу, які засновані на принципах безпеки життя і здоров'я підлітків та персоналу, пріоритетності індивідуально-особистісних інтересів та потреб, самоуправління, варіативності програм та їх реалізації.

Однією з педагогічних умов роботи ЛОТ є створення сприятливих психолого-педагогічних, соціальних обставин для формування інтересу у підлітків до занять туризмом, що можливе лише за умови використання форм і методів особистісної орієнтації процесу виховання – врахування вікових, статевих, соціо-ментальних характеристик

підлітка, його потреб і запитів, життєвих цілей та пріоритетів. Перспективою подальших досліджень є виявлення шляхів і засобів удосконалення процесу формування у підлітків інтересу до занять туризмом в умовах літнього оздоровчого табору.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Грановський В.Г. Формування здорового способу життя підлітків в умовах оздоровчого табору : автореф. дис. ... кандидата педагогічних наук : 13.00.07 – теорія і методика виховання. Луцьк, 2011. 23 с.
2. Постанова Кабінету Міністрів України «Про затвердження Типового положення про дитячий заклад оздоровлення та відпочинку» від 28 квітня 2009 р. № 422. URL : www.zakon.rada.gov.ua.