

4. Воронцова В. Г. Аксиологические аспекты готовности учителя к решению проблем гуманизации образования / В. Г. Воронцова // Гуманизация образования: Теория. Практика. – СПб, 1994. – С. 15-36.
5. Гарбузов В. И. Практическая психология, или как вернуть ребенку и подростку уверенность в себе, истинное достоинство и здоровье / В. И. Гарбузов. – СПб: Изд-во «Сфера», 1999. – 160 с.
6. Гребеньков Г. В., Поправко А. К. Ценность как элемент психологической структуры личности / Г. В. Гребеньков, А. К. Поправко // Сучасна психологія в ціннісному вимірі: М-ли Третіх Костюківських читань (20-22 грудня 1994 р.). – В 2-х т. – Т.1. – К., 1994. – С.163-164.
7. Матузков Г. І. Формування фізичної культури майбутніх спеціалістів: Навчально-методичний посібник / Г. І. Матузков. – Кривий Ріг: КДПУ, 2004. – 99 с.
8. Коган Л. Н. Цель и смысл жизни человека / Л. Н. Коган. – М.: Мысль, 1984. – 252 с.
9. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – М.: Смысл, 1999. – 487 с.
10. Мясищев В. Н. Психология отношений / В. Н. Мясищев; под ред. А. А. Бодалева. – М.: Изд-во «ИПП»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1995. – 356 с.
11. Нарский И. С. Ценность и полезность / И. С. Нарский // Филос. науки. – 1996. – № 3. – С. 12.
12. Педагогика / Под ред. Ю. К. Бабанского. – М., 1988. – 428 с.

Олександр Колотуха,
Кіровоградський державний
педагогічний університет
імені Володимира Винниченка

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ ЯК ВИДУ СПОРТУ ТА АКТИВНОЇ РЕКРЕАЦІЇ

Постановка проблеми. Спортивний туризм є специфічним видом активної рекреації. Ця специфічність обумовлена його місцеположенням на стику спорту та туризму, її можна розглядати з двох позицій – як визначення галузі туристської діяльності та як визначення галузі спортивної діяльності. Як галузь туристської діяльності спортивний туризм досліджується вченими-туризмознавцями в розрізі видової класифікації туризму. При цьому спортивні аспекти цього виду діяльності досліджені недостатньо.

Мета дослідження – визначити теоретико-методичні засади спортивного туризму як виду спорту та активної рекреації, проаналізувати предметні поля видів активної рекреаційно-туристської та туристсько-спортивної діяльності.

Виклад основного матеріалу. Спортивний туризм як вид спортивної діяльності полягає у подоланні певного відрізка земної поверхні, що називається маршрутом. При проходженні маршруту долаються різні специфічні природні перешкоди. Це – лісові зарості, болота, пустелі – у пішохідному туризмі, перевали та вершини – у гірському туризмі, річкові пороги – у водному туризмі, печери – у спелеологічному туризмі тощо. Спортивний туризм при цьому виступає як активний, часто екстремальний вид подорожей, сенс якого полягає у подоланні значних відстаней і різноманітних перешкод, що вимагає від туриста достатньої фізичної підготовки та володіння різними навичками – як техніки подолання перешкод так і виживання у складних природних умовах.

Спортивний туризм в Україні та в ряді постсоціалістичних країн (Росія, Білорусь, Молдова, Казахстан, Киргизстан тощо) на сьогоднішній день є видом спорту, який включено до спортивних класифікацій цих країн з відповідними званнями та спортивними розрядами – від юнацьких розрядів до звання «Майстер спорту». Феномен спортивного туризму в країнах, що утворилися на території колишнього СРСР, включаючи Україну, досить унікальний. Це – неолімпійський вид спорту, який має всі офіційні атрибути виду спорту. Таким чином, люди, що займаються спортивним туризмом у ряді пострадянських країн, мотивовані до зростання своєї спортивної майстерності, виконання розрядних вимог і отримання відповідних спортивних розрядів і звань. Спортивна майстерність, при цьому, має свою специфіку. Насамперед, це майстерність володіння різноманітною туристською технікою і тактикою, яка застосовується для успішного подолання маршрутів туристських походів та дистанцій туристських змагань.

Спортивний туризм у економічно розвинених країнах світу розвивається на аматорському рівні і виступає як вид активної, часто екстремальної, рекреації. У країнах Європи, США, Канаді, Австралії, Новій Зеландії та ряду інших, даний різновид туризму за змістом так само має місце, але не є видом спорту. Тут не формуються туристські команди, не проводяться офіційні змагання. У даному випадку мова йде про так звані пригодницький, екстремальний туризм, подорожі «дикими» природними територіями, скаутський рух тощо.

На сучасному етапі спортивний туризм як вид спорту розвивається у двох напрямках: *маршрутний туризм* (проходження маршрутів туристсько-спортивних походів) та *змагальний туризм* (підготовка та участь в змаганнях із техніки видів спортивного туризму). В історії

розвитку спортивного туризму ці два напрямки завжди були нероздільні. Але, якщо туристські походи були основною формою туристсько-спортивної діяльності і давно запроваджені у спортивну класифікацію (уперше у 1949 р.), то туристські змагання носили характер допоміжний, другорядний. Вони використовувалися для перевірки готовності туристських груп для виходу на складні туристсько-спортивні маршрути різних видів спортивного туризму.

На сьогоднішній день туристсько-спортивні походи і змагання в Україні можуть бути організовані з таких видів туризму: пішохідного, лижного, гірського, водного, велосипедного, автомобільного, мотоциклетного, спелеологічного, вітрильного, а також представляти їх комбінації [3]. Це не означає, що інші поки, що не традиційні види активного пересування на туристських маршрутах не можуть застосовуватися. А такими можуть бути подолання маршрутів на тваринах, повітряних кулях, дельтапланах, парапланах, під водою тощо. Просто ці види активного туризму поки що не отримали в Україні відповідної спортивно-туристської класифікації. Так у Росії на сьогоднішній день додатково класифіковані маршрути кінного та комбінованого туризму. В Білорусі ж класифіковано лише 4 види спортивного туризму – пішохідно-гірський, лижний, водний та велосипедний. З розвитком спортивного туризму та появою нових засобів пересування людини у природному середовищі можливе внесення інших видів туризму у спортивні класифікації.

Основний зміст *маршрутного спортивного туризму* – здійснення туристами-спортсменами походів класифікованими маршрутами різних видів туризму та категорій складності. Головна мета таких походів – подолання маршруту з набором природних перешкод різними засобами пересування, автономне життєзабезпечення учасників в різних кліматично-географічних і погодних умовах, зростання туристсько-спортивної майстерності.

Зміст *змагального спортивного туризму* (туристсько-прикладного багатоборства) – подолання відносно коротких дистанцій на місцевості, що містять встановлений набір технічних етапів (природних і штучних перешкод), які долаються із застосуванням спортсменами різноманітної туристської техніки і тактики. Домінуючою метою участі у таких змаганнях є перемога над суперниками, вдосконалення володіння технікою і тактикою туризму, зростання спортивної майстерності та спортивної кваліфікації.

Спортивний туризм має давню історію і свої традиції, є одним з популярних і масових (нарівні з легкою атлетикою, футболом та ін.) видів спорту на пострадянському просторі. За своїми специфічними особливостями і спектром багатогранного, корисного впливу на людину він не має собі рівних. Ефект пізнання навколишнього світу, значні

психологічні навантаження, почуття самоствердження і першовідкривача роблять його пріоритетним і привабливим серед інших видів активного відпочинку і спорту, в першу чергу – для підростаючого покоління.

В науковій туристській і спортивній літературі, наряду з терміном «спортивний туризм», широко поширені інші терміни з предметними областями, що накладаються та перетинаються, як то «спортивно-оздоровчий туризм», «спортивно-рекреаційний туризм», «активний туризм», а останнім часом до них приєдналися також вельми популярні – «пригодницький туризм» та «екстремальний туризм». Проаналізуємо застосовувані визначення видів активної рекреаційно-туристської діяльності із їх предметними областями з метою розведення цих понять та, по можливості, уникнення їх накладання та перетинання.

Спортивно-оздоровчий туризм – це специфічний вид рекреаційно-туристської діяльності, головною формою якої є оздоровчий туристський похід (подорож), або туристській табір з радіальними туристськими виходами. Цей вид діяльності спрямований на відновлення фізичних, психічних, духовних сил людини, активний відпочинок та рекреацію, удосконалення туристських знань, умінь та навичок, підготовку туристів до туристсько-спортивних заходів.

Активною формою *спортивно-рекреаційного туризму* є туристський похід вихідного дня або багатоденний оздоровчий похід. У цьому випадку сама подорож районом, який володіє рекреаційними ресурсами (ліс, чисте повітря, чисті водойми, красиві ландшафти), з використанням дозованих оздоровчих фізичних навантажень є технологією відпочинку і зміцнення здоров'я. Яскравим прикладом активних форм спортивно-рекреаційного туризму є екологічні туристські походи «дикими» чистими територіями, з максимально дбайливим ставленням до даних територій, з пізнавальними екологічними цілями тощо.

Активний туризм сьогодні все частіше «насичується» пізнавальним компонентом, духом відкриття раніше невідомого, більше того, вибір способу і засобу пересування залежить саме від поставленої пізнавальної мети. Наявність привабливої пізнавальної мети «відкриття», часто формується на основі історичних та краєзнавчих матеріалів або дослідження природних явищ, призводить до того, що активний туризм часто визначається як *пригодницький*. Згідно вимог Всесвітньої торгівельної асоціації пригодницького туризму (Global Adventure Travel Trade Association), до пригодницького туризму можна віднести будь-яку туристську активність, якщо вона включає хоча би дві з трьох ознак: фізичну активність, культурна взаємодія або занурення у природне середовище [4].

Екстремальний туризм, навпаки, відрізняється тим, що передбачає високі фізичні навантаження і ризики для здоров'я та життя туристів і вимагає їх високої фізичної та психологічної підготовки. Тут, на відміну від пригодницького туризму, немає місця комфорту та безпеці. Це не стільки розважальна, скільки «випробувальна» подорож – туристи зайняті, скоріше, самопізнанням і самоствердженням. На нашу ж думку, *екстремальний туризм* – це види подорожей, що значно перевищують нормативні вимоги класифікатора спортивних подорожей, а також форми діяльності з підвищеним ризиком для життя, які здійснюються під час спортивних походів або спеціалізованих змагань (туристські перегони, ралі) [2, с. 20].

Таким чином, проаналізувавши співвідношення понять «спортивний туризм», «спортивно-оздоровчий туризм», «спортивно-рекреаційний туризм», «пригодницький туризм» та «екстремальний туризм», можна зробити висновок, що всі вони виділені за критерієм – мета подорожі. Далі в блоці активного туризму виділимо три сегменти за прикладом спортивної аналогії (фізична культура → спорт → спорт вищих досягнень): спортивно-оздоровчий туризм (спортивно-рекреаційний туризм) → спортивний туризм → екстремальний туризм (рис. 1).

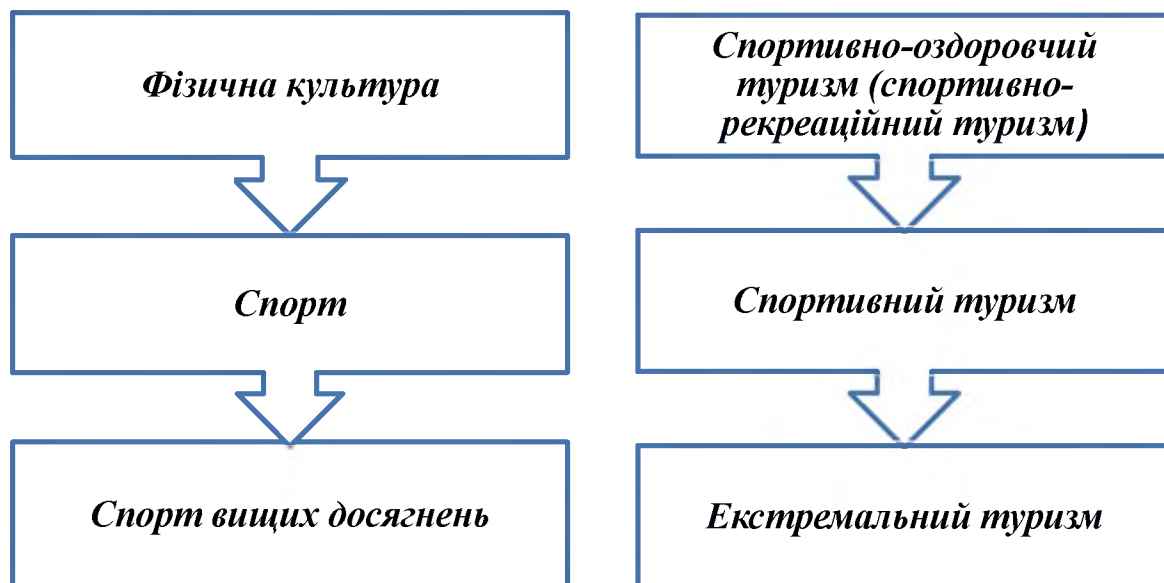


Рис. 1. Сегменти активного туризму за прикладом спортивної аналогії.

Автор розглядає поняття «спортивно-оздоровчий туризм» та «спортивно-рекреаційний туризм» як практично тотожні, тому що вони використовують подібні діяльнісні форми (нескладні походи), відбуваються в природному середовищі, мають оздоровчий, рекреаційний ефект.

Центральною ланкою блоку активного туризму виступає спортивний туризм, який має чітко визначену нормативну базу, розроблену класифікацію маршрутів, градацію складності туристських перешкод, розрядні спортивні нормативи. Таким чином всі активні туристські заходи, які за параметрами та інтенсивністю «не дотягують» до спортивно-туристських ми відносимо до категорії спортивно-оздоровчого туризму.

Натомість до екстремального туризму віднесемо види подорожей що перевищують нормативні вимоги класифікатора спортивних походів, а також форми діяльності з підвищеним ризиком, які здійснюються під час спортивних подорожей або спеціалізованих змагань.

Таблиця 1

Суттєві відмінні особливості спортивно-оздоровчих (спортивно-рекреаційних) та туристсько-спортивних заходів
(за матеріалами В. Ганопольського [1])

Категорії (ознаки) заходів	Спортивно-оздоровчий (спортивно-рекреаційний) туризм	Спортивний туризм	Екстремальний туризм
<i>Домінуюча мета</i>	Відпочинок та оздоровлення	Подолання маршруту та підвищення туристсько-спортивної майстерності	Подолання маршруту на межі своїх фізичних та технічних можливостей
<i>Рівень фізичної активності учасників</i>	Обмежений рамками фізичної рекреації: дозований, оздоровчий	Такий, що виходить за рамки фізичної рекреації	Надзвичайно високий
<i>Тренувальний процес</i>	Спеціальних тренувань учасників не потрібно, або вони обмежуються оздоровчими тренуваннями	Потрібен регулярний спортивно-тренувальний процес	Потрібен регулярний спортивно-тренувальний процес, вправи на витривалість
<i>Рівень ризику</i>	Звичайний	Підвищений	Високий
<i>Правила здійснення</i>	Не має єдиних правил та вимог до порядку здійснення заходів	Є Правила виду спорту «Спортивний туризм» та розрядні вимоги, що внесені до Єдиної спортивної класифікації	Перевищуються вимоги Правил виду спорту «Спортивний туризм»

Існує тісний взаємозв'язок між підсистемами спортивно-оздоровчого (спортивно-рекреаційного) туризму, спортивного туризму та екстремального туризму. При проведенні рекреаційних туристських заходів часто використовуються технології видів спорту, в т.ч. і технології спортивного туризму. З іншого боку, функція рекреації обов'язково присутня в рамках спортивних туристських заходів. Основоположні фактори оздоровлення подібні як для спортивно-оздоровчого (рекреаційного) туризму, так і для спортивного туризму. Безсумнівним оздоровчим ефектом володіє регулярне перебування туристів-спортсменів в гірських районах, зі своїм унікальним мікрокліматом, природою тощо. В сутності, грань між спортивно-оздоровчим і спортивним туризмом складно визначити, як і грань між спортивним та екстремальним туризмом. Проте, білоруський вчений В. Ганопольський визначає ряд суттєвих відмінностей між даними категоріями заходів [1] (табл. 1).

Висновки. Отже, *спортивний туризм* – це неолімпійський вид спорту, в основі якого лежать змагання на туристських маршрутах та туристських дистанціях, прокладених у природному середовищі і включають подолання різноманітних перешкод (перевалів, вершин, порогів, каньйонів, печер тощо) з використанням спеціальних технічних прийомів і спорядження [2, с. 17]. При подоланні природних перешкод використовуються різноманітна туристська техніка і тактика, різні способи забезпечення безпеки.

Використані джерела:

1. Ганопольский В.И. Структурно-функциональная модель туризма: вопросы содержания и эффективности спортивно-туристской деятельности / В.И. Ганопольский. // Гум. вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький держ. пед. ун-т ім. Григорія Сковороди»: наук. теор. зб., спец. вип. – Переяслав-Хмельницький: СПД Шумейко С.С., 2005. – С. 6-20.
2. Колотуха О.В. Геопросторова організація спортивного туризму: Монографія / О.В. Колотуха. – Кіровоград: ФО-П Александрова М.В., 2015. – 448 с.
3. Правила змагань зі спортивного туризму. – К.: Федерація спортивного туризму України, 2008. – 148 с.
4. Global Adventure Travel Trade Association / www.info@adventuretravel.biz.