

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Рівненський державний гуманітарний університет

**ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ І
РЕАБІЛІТАЦІЯ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ**

Збірник наукових праць

ВИПУСК 16

РІВНЕ – 2025

**Фізична культура, спорт і реабілітація в закладах освіти:
Збірник наукових праць. Рівне : ГО СОМ-ЦЕНТР, 2025.
Випуск 16. 316 с.**

У збірнику вміщено наукові праці викладачів, вчених, аспірантів, вчителів-методистів, вчителів-новаторів, здобувачів вищої освіти галузі фізичної культури та спорту України

Збірник статей буде корисним для вчителів і викладачів фізичного виховання, спортсменів, усіх, хто цікавиться сучасними проблемами розвитку фізичного виховання та спортивного тренування

Редакційна колегія:

доктор філософії, доцент Тетяна ГОГОЛЬ

кандидат педагогічних наук, доцент Анатолій КАШУБА

кандидат педагогічних наук, доцент Вадим КІНДРАТ

кандидат педагогічних наук, доцент Володимир КОВАЛЬСЬКИЙ

Відповідальність за інформаційну достовірність поданих матеріалів у наукових працях несуть автори публікацій

ЗМІСТ

Бутенко Т. В. ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА У СПОРТІ ТА ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ	8
Василюк В. М., Гаврилюк М. А. МЕТОДИКА ТРЕНУВАЛЬНОГО ЦИКЛУ ДЛЯ АМАТОРСЬКИХ ФУТБОЛЬНИХ КОМАНД З МЕТОЮ ПОКРАЩЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ ГРАВЦІВ.....	28
Василюк В. М., Гаркавий А. О. СУЧАСНІ МЕТОДИ ТРЕНУВАННЯ УЧНІВ 13-15 РОКІВ ВПРАВАМИ ЄДИНОБОРСТВ	35
Василюк В. М., Корнецький В. С. ВИБРАНІ ПАРАМЕТРИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ У ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ В 12-14 РОКІВ.....	43
Василюк В. М., Михальчук С. М. ІНДИВІДУАЛІЗОВАНИЙ ПІДХІД У ТРЕНУВАННІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ НА СТАДІЇ ПОЧАТКОВОЇ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ.....	35
Василюк В. М., Плебанський В. І. УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ТРЕНЕРІВ В ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН.....	50
Власюк Г. І. АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ НАПАДАЮЧОГО УДАРУ У ВОЛЕЙБОЛІ.....	56
Власюк Г. І., Войтина В. П. ЗМІСТОВНЕ НАПОВНЕННЯ САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	66
Власюк Г. І., Одарчук М. О. ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	75
Власюк Г. І., Сеньчук О. С. ЗНАЧЕННЯ РОЗВИТКУ ВИТРИВАЛОСТІ У ВОЛЕЙБОЛІ.....	82

Власюк Г. І., Сергійчук К. О. ЗАСТОСУВАННЯ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА УКРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	92
Власюк Г. І., Ходорчук Б. В. ВИЗНАЧЕННЯ ЧИННИКІВ ВПЛИВУ НА ПРОФЕСІЙНУ-ПРИКЛАДНУ ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВКУ.....	98
Гоголь Т. В. УПРАВЛІНСЬКІ ТА ЛОГІСТИЧНІ ПІДХОДИ В ОРГАНІЗАЦІЇ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ.....	108
Давидюк І. В. ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ НА ОСНОВІ ПЕДАГОГІЧНИХ АСПЕКТІВ РЕФЛЕКСІЇ.....	116
Дутчак В. В. РОЗВИТОК ЗАГАЛЬНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ У ТРЕНУВАННІ ЛЕГКОАТЛЕТІВ.....	122
Кашуба А. А., Вашай Д. Р. ФОРМУВАННЯ ТЕХНІЧНИХ НАВИЧОК ГРИ У СОФТБОЛ У ДІВЧАТ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	125
Кашуба А. А., Гаврильчик В. В. ЗНАЧЕННЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ ЧИННИКІВ У ПРОФЕСІЙНОМУ РОЗВИТКУ ТРЕНЕРА ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКОГО СПОРТУ.....	129
Кашуба А. А., Іваницький Н. Я. ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ ДЛЯ ВДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ СТАРШОКЛАСНИКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ФУТБОЛОМ.....	138
Кашуба А. А., Омельчук В. П. ВПЛИВ РЕГУЛЯРНИХ ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ НА МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ОРГАНІЗМУ ЧОЛОВІКІВ У ПЕРШОМУ ПЕРІОДІ ЗРІЛОГО ВІКУ.....	141
Ковальський В. В., Вишняк О. М. РОЗВИТОК СПЕЦІАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ЮНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ У ПЕРІОД ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ	145

Ковальський В. В., Гуральчук В. В.	ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЧОЛОВІКІВ ДРУГОГО ЗРІЛОГО ВІКУ ПІД ВПЛИВОМ ЗАНЯТЬ ОЗДОРОВЧИМ БІГОМ.....	154
Ковальський В. В., Древецький І. І.	ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ У ДІТЕЙ НУШ НА ЕТАПІ АДАПТАЦІЇ ІЗ ВИКОРИСТАННЯМ ДИФЕРЕНЦІАЛЬНОГО ПІДХОДУ	159
Ковальський В. В., Олексієвець О. О.	РОЗВИТОК МОТИВАЦІЇ ДО ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ В УЧНІВ ЗЗСО СІЛЬСЬКОЇ МІСЦЕВОСТІ.....	163
Ковальський В. В., Трофимчук В. В.	ФОРМУВАННЯ КООРДИНАЦІЙНИХ УМІНЬ У ДІТЕЙ ПОЧАТКОВОГО РІВНЯ БАЗОВОЇ ОСВІТИ НУШ ЗА ДОПОМОГОЮ БАСКЕТБОЛУ ...	171
Панчук А. П., Гасянок М. А.	УДОСКОНАЛЕННЯ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ-ПОЖЕЖНИКІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	179
Панчук А. П., Панчук І. В., Грицаюк І. І.	УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ФІТНЕС-ТРЕНЕРА У МЕЖАХ СТВОРЕННЯ КОРПОРАТИВНОЇ КНИГИ СПОРТИВНОГО ЦЕНТРУ.....	184
Панчук А. П., Панчук І. В., Шеретюк Ю. В.	ВПЛИВ ФІТНЕС-ТРЕНУВАНЬ НА ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ЖІНОК ДРУГОГО ЗРІЛОГО ВІКУ.....	192
Панчук А. П., Шилан М. В.	ЗАСТОСУВАННЯ ДІЯЛЬНІСНОГО ПІДХОДУ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УМОВАХ НУШ.....	200
Панчук А. П., Ярмошук О. О., Ярош В. С.	ВПЛИВ АНАЛІТИКИ ДАНИХ НА ФОРМУВАННЯ ІГРОВИХ СТРАТЕГІЙ У КОМАНДНИХ ВИДАХ СПОРТУ.....	206
Семенович С. В., Мартинчук П. М.	ОСОБЛИВОСТІ ЕТАПУ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ ТА СИСТЕМА	

КОНТРОЛЮ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ПАУЕРЛІФТЕРІВ.....	215
Семенович С. В., Сорочук Д. О. РОЛЬ ТРЕНЕРІВ У ВИХОВАННІ ЗДОРОВОЇ ПОВЕДІНКИ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ.....	227
Семенович С. В., Тарасюк О. І. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО СОЦІАЛІЗАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ З ІНДВАЛІДНІСТЮ ЗА ДОПОМОГОЮ АДАПТИВНОГО СПОРТУ.....	234
Семенович С. В., Тимофіюк А. П. СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ В СУЧАСНИХ УМОВАХ ЗАСОБАМИ АДАПТИВНОГО СПОРТУ.....	240
Чалій Л. В. ТУРИЗМ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ГРОМАДЯНСЬКОЇ СВІДОМОСТІ ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	247
Чалій Л. В., Близнюк С. В. ВПЛИВ ЗАНЯТЬ У СЕКЦІЇ НА СТАН ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	255
Чалій Л. В., Лисенко Є. В. АНАЛІЗ СТРУКТУРИ КОМПЛЕКСНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У СПОРТИВНОМУ ОРІЄНТУВАННІ.....	265
Чалій Л. В., Холод Н. М. ОСОЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ТРЕНЕРА У СУЧАСНИХ УМОВАХ.....	270
Чалій Л. В., Шимко П. О. СУЧАСНІ ВИКЛИКИ ТА УМОВИ ФУНКЦІОНУВАННЯ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ (СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНІ, БЕЗПЕКОВІ, ЕКОЛОГІЧНІ, ЛОГІСТИЧНІ АСПЕКТИ).....	286
Шелюк В. О., Драганчук В. В. ПОКРАЩЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ БОРЦІВ НА ПОЧАТКОВОМУ ЕТАПІ ТРЕНУВАНЬ.....	296
Шелюк В. О., Кібукевич В. В. ВДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ У ПІДЛІТКІВ ЗАСОБАМИ ВОЛЕЙБОЛУ	300

Шелюк В. О., Приходько А. В. ЗАНЯТТЯ БАСКЕТБОЛОМ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ У ПІДЛІТКІВ 5-6 КЛАСІВ НУШ.....304

Шелюк В. О., Собчук О. М. АЛГОРИТМ ПОБУДОВИ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ЮНИХ СТИБУНІВ У ДОВЖИНУ: ПЕДАГОГІЧНІ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ..308



компоненти та практичні аспекти розвитку. *Академічні візії*. Вип. 43/2025. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.16881344>

9. Червона С., Внуровський К. Вимоги щодо підготовки тренера з ігрових видів спорту. *Спортивні ігри*, 2023. Вип. 1(27). С. 84–94. URL : <https://doi.org/10.15391/si.2023-1.08>

10. Данилко М., Толкач В. Сучасні уявлення про сутність і структуру діяльності тренера. *Physicaleducation, sportandhealth culture in modern society*. Вип. 2 (10), 2010. С. 22–26.

Чалій Л. В., канд. пед. наук, доцент

Шимко П. О., здобувачка ступеня в/о «Магістр» II курсу

СУЧАСНІ ВИКЛИКИ ТА УМОВИ ФУНКЦІОНУВАННЯ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ (СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНІ, БЕЗПЕКОВІ, ЕКОЛОГІЧНІ, ЛОГІСТИЧНІ АСПЕКТИ)

Анотація. Сучасне суспільство активно повертається до природних форм відпочинку, прагнучи компенсувати надлишок інформаційного та урбаністичного навантаження. У цьому контексті автори шукали пояснення популярності спортивного туризму як форми активного способу життя, самореалізації та командної взаємодії. Особливої актуальності ця тема набуває в умовах сучасних реалій — глобальних криз, пандемій, воєнного стану в Україні, змін клімату. Усі ці чинники формують нові вимоги до підготовки туристів, зокрема в аспектах безпеки, адаптивності, психологічної стійкості. Дослідження спеціальної підготовки у спортивному туризмі має сенс, тому що на тлі зростаючого попиту на активні форми дозвілля, підготовка учасників часто залишається недостатньою або непрофесійною. Багато аматорських туристичних груп вирушають у походи без належного рівня підготовки, що призводить до підвищеного рівня травматизму, втрати орієнтації, надмірного фізичного навантаження, а в деяких випадках — до надзвичайних ситуацій.

Ключові слова: спортивний туризм, екологія, походи, змагання, інновації у туризмі, трекиери.

Постановка проблеми. Сучасні реалії, в яких опинилася Україна — зокрема військові дії, міграція населення, обмеження у пересуванні, зміна туристичної інфраструктури — також вимагають нового підходу до організації туристичної діяльності. Як зазначається у роботі С.С. Гуменюка [1], більшість туристичних маршрутів зазнали змін, а рівень ризику підвищився. Отже, зростає необхідність підготовки туристів не лише до фізичних навантажень, а й до функціонування у змінному середовищі з підвищеними безпековими вимогами.

Крім того, спостерігається глобальний тренд на переорієнтацію туризму з масових туристичних потоків на індивідуальні, екологічно чисті, «повільні» та «усвідомлені» подорожі. Пішохідний туризм, як форма такого туризму, є відповіддю на виклики XXI століття — перенасичення цифровими технологіями, екологічна тривога, нестача фізичної активності серед населення. У цьому контексті важливо забезпечити якісний рівень підготовки туристів, який би дозволяв не лише реалізувати маршрут, а й підтримувати власне здоров'я та зберігати природне середовище. П.О. Рибалко [2] наголошує, що екологічна компетентність є складовою частиною спеціальної підготовки сучасного туриста.

Окремо варто звернути увагу на зростаюче значення застосування навігаційних додатків, платформ для планування маршрутів, віртуальних тренажерів і онлайн-курсів, що вносить корективи у підготовку туристів. Це змінює підходи до тренувального процесу і дозволяє здійснювати самостійну підготовку за допомогою цифрових ресурсів. Як стверджує І.В. Мельник [3], цифрова трансформація туристичної сфери потребує інтеграції цифрових навичок у спеціальну підготовку.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Історично під туризмом розуміли подорожі, прогулянки, оскільки вважалося, що термін походить від французького слова «tour» [4].

Нами виокремлено визначення туризму, дане О.О. Бейдиком: вид рекреаційної діяльності оздоровчого характеру з особливими вимогами до природно-територіального комплексу району

подорожі, який поєднує значні фізичні та психофізіологічні навантаження на організм людини, висуває підвищені вимоги до витривалості, спортивно-туристського вміння, прикладних навичок, загальної фізичної та теоретичної підготовки [5].

Доволі часто у туризмі дослідники вбачають рекреаційну сутність, як, наприклад, у М. П. Крачила: туризм – це вид рекреації, пов'язаний з виїздом за межі постійного місця проживання, активний масовий відпочинок, під час якого відновлення працездатності поєднується з оздоровчими, пізнавальними, спортивними та культурно-розважальними цілями [6].

Отже, прозвучала ще одна грань туризму – це форма активного відпочинку, який насичений певними моментами тренування, змагання, також це все відбувається під час культурного спілкування та розваг.

Оскільки є величезне різноманіття пояснень поняття слова «туризм», то нам вдалося корисним врахувати твердження С. П. Фокіна, який дослідив це питання та зробив висновок, «що спортивно-оздоровчий, оздоровчо-спортивний туризм та спортивний туризм це одне і теж явище, у якому використовуються однакові форми і види діяльності, але в залежності від того яка функція домінує в діяльності й отримує назву певний вид туризму» [7].

Важливо враховувати думки видатних науковців сучасності, наприклад, Т. Ю. Круцевич, яка вважає туризм «невід'ємною складовою загальнодержавної системи фізичної культури та спорту і спрямований на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини через залучення її до участі у спортивних походах різної складності та змаганнях з техніки спортивного туризму [8].

Повномасштабна війна, розпочата в 2022 році, суттєво трансформувала туристичну галузь України. Більшість традиційних маршрутів у східних, південних та північних регіонах стали недоступними або потенційно небезпечними через бойові дії, мінування, зруйновану інфраструктуру. Як зазначено у звіті

ФСТУ, понад 60% маршрутів, що мали категорійний статус до 2022 року, потребують перегляду або перенесення.

Наукові конференції сьогодні не обходять стороною питання розвитку туризму в умовах війни [9], зокрема зазначається, що війна підвищила актуальність психологічної підготовки, логістичної гнучкості, вміння діяти автономно, без зв'язку і під час форс-мажорів

З огляду на вищезазначене, стає зрозуміло, що ефективна спеціальна підготовка туристів — це не просто тренування перед походом, а складна система, що враховує фізичні, технічні, психологічні, безпекові та екологічні чинники, адаптована до реалій сьогодення.

Проблеми спортивного туризму знаходяться у полі зору як вітчизняних, так і закордонних фахівців, дослідників, поціновувачів цього виду спорту. Серед них: О.Ю. Дмитрук, І.В. Зорін, М.І. Зуєнко, В.А. Квартальнов, О. В. Колотуха, О.В., В.П. Мальська, К. В. Мулик, О. Д. Наровлянський, Б.П. Пантелов, Т.Г. Сокол, З. І. Філіпов.

Мета дослідження – проаналізувати сучасні умови розвитку спортивного туризму та виявити тенденції у підготовці активного туриста.

Методи дослідження. У дослідженні застосовувалися загальнонаукові методи аналізу, синтезу, порівняння, узагальнення, системного підходу, а також емпіричні методи – вивчення документів, аналіз нормативної бази та практичної діяльності туристичних організацій.

Виклад основного матеріалу дослідження. Сучасне функціонування спортивного туризму відбувається в умовах багатоаспектних викликів. Це вимагає від організаторів і учасників високого рівня адаптивності, гнучкого планування, посиленої спеціальної підготовки та готовності до кризових ситуацій. Попри труднощі, саме в умовах викликів туристична діяльність виявляє свій потенціал як засобу зміцнення здоров'я, стійкості, екологічної та соціальної відповідальності.

Період 2020–2022 років позначився пандемією COVID-19, яка призвела до обмежень на подорожі, закриття туристичних об'єктів, скасування змагань і зборів. Цей фактор вплинув як на міжнародну, так і на національну туристичну діяльність. Багато клубів і секцій змушені були адаптувати тренувальний процес до дистанційного формату. В умовах карантинних обмежень зросла популярність індивідуальних і малогрупових маршрутів, цифрових платформ для трекінгу, онлайн-змагань і віртуальних курсів із техніки туризму.

Водночас відбувається переорієнтація на безпечні регіони — Карпати, Закарпаття, частково Поділля та Полісся. Туристичні клуби створюють нові маршрути, пристосовані до зміненої карти ризику. В умовах обмеженого пересування та логістичних труднощів значно зросла роль локального туризму, одноденних походів, навчально-тренувальних заходів у безпечних районах.

Зміна клімату, зменшення лісового покриву, підвищення частоти стихійних явищ (буревії, повені, зсуви, пожежі) створюють нові виклики для організації безпечного туризму. Наприклад, у Карпатах частіше фіксуються лавини, обвали, нестабільність ґрунтів після інтенсивних опадів. Тому організатори походів повинні враховувати сезонність, динамічну зміну погодних умов, стежити за гідрометеоінформацією, мати альтернативні варіанти маршруту.

Екологічні аспекти також охоплюють перевантаження популярних маршрутів, проблему сміття, зниження біорізноманіття. Все це стимулює розвиток концепції «Leave No Trace» та екологічної етики туриста.

Цифрові технології докорінно змінили підходи до планування, підготовки та проведення туристичних подорожей. Сьогодні туристи активно використовують GPS-трекери, мобільні додатки для навігації (Locus Map, Komoot, OsmAnd), інструменти для складання маршрутів, прогноз погоди, карти ризиків. Віртуальні курси, онлайн-тренінги та відеоінструкції з техніки туризму стали звичними формами підготовки.

Сучасний турист повинен не лише вміти користуватись технологіями, а й бути готовим до їхньої відмови (розряд батареї, відсутність сигналу, несправність пристрою), зберігаючи навички «аналогового» орієнтування, картографії, планування на місцевості.

Отже, цифрова трансформація значно підвищила доступність туристичної інформації, проте водночас створила ризик надмірної залежності від технологій, особливо в умовах автономного походу.

Система спеціальної підготовки туристів в Україні функціонує у складних і динамічних умовах, що змінюються під впливом політичної ситуації, безпекових загроз, соціально-економічних чинників і глобальних тенденцій. У сучасному контексті виникає низка гострих проблем, які суттєво впливають на якість підготовки, доступність навчальних програм і мотивацію молоді до участі у туристичній діяльності. Актуальні проблеми, що стоять перед спортивним туризмом сьогодні, подаємо нижче.

1. Безпекові ризики та обмеження маршрутів

Після початку повномасштабної війни в Україні значна частина туристичних маршрутів стала недоступною або потенційно небезпечною через мінування, зруйновану інфраструктуру, наближеність до зон бойових дій. Як зазначається у звіті ФСТУ, більше ніж 60% категорійних маршрутів, що використовувались до 2022 року, наразі перебувають під обмеженням.

Це знижує варіативність у виборі маршрутів для навчально-тренувальних походів, а також ускладнює організацію змагань і практичних виїздів.

2. Зниження ресурсного забезпечення

Багато туристичних секцій та гуртків зазнали скорочення фінансування або втратили доступ до приміщень, спорядження, транспорту. Частина інструкторів виїхала за кордон або була мобілізована. Як наслідок — у багатьох регіонах туристична підготовка базується на волонтерських ініціативах або утримується завдяки ентузіазму окремих педагогів.

Наявне спорядження часто є застарілим або неповним, що унеможливорює відпрацювання окремих етапів (мотузкова техніка, переправи тощо).

3. Фрагментарність навчальних програм

В українських ЗВО та позашкільних закладах відсутній єдиний затверджений стандарт спеціальної туристичної підготовки, особливо для непрофільних студентів. У багатьох випадках навчальні програми не враховують змін у безпековій ситуації, нових технічних вимог, сучасного спорядження та цифрових інструментів.

Проблему загострює те, що навчання часто обмежується теорією або малоефективними практиками без польової компоненти.

4. Недостатній рівень спеціальної медичної підготовки

Хоча перша медична допомога є обов'язковою складовою підготовки туриста, значна частина гуртківців і студентів не мають достатнього рівня знань і навичок для реагування на надзвичайні ситуації у природі (травми, обмороження, гіпотермія, укуси змії тощо). Навіть базовий рівень надання допомоги часто імітується, але не відпрацьовується на практиці.

5. Втрата мотивації та скорочення молодіжного контингенту

Соціально-економічні труднощі, переорієнтація молоді на онлайн-розваги, виїзд частини студентів за кордон, психологічне навантаження знижують мотивацію до участі у гуртках. Молодь часто не сприймає туризм як важливу частину фізичного розвитку, не розуміє його прикладної цінності в сучасних умовах.

Спортивний туризм у сучасному суспільстві набуває особливого значення не лише як вид активного відпочинку, а й як багатофункціональна сфера діяльності, що має прикладний характер. Його розвиток пов'язаний із потребами суспільства у зміцненні фізичного та психологічного здоров'я, формуванні практичних навичок, вихованні командного духу, а також у забезпеченні готовності до дій в екстремальних ситуаціях. Саме тому спортивний туризм розглядається не тільки як спорт чи

дозвілля, але й як інструмент підготовки особистості до реальних викликів сучасного життя.

Одним із ключових проявів прикладності спортивного туризму є його виховний та освітній потенціал. Туристична діяльність формує у людини дисциплінованість, відповідальність, організованість, здатність приймати рішення в умовах обмеженого часу та ресурсів. Ці якості стають важливими не лише під час подорожей, але й у професійній діяльності та повсякденному житті. Наприклад, уміння швидко орієнтуватися на місцевості, планувати маршрут, розподіляти сили та ресурси можуть бути використані у сфері менеджменту, військовій службі, рятувальних операціях та навіть у бізнесі.

Ще одним аспектом прикладності є фізична підготовка, яку забезпечує спортивний туризм. Регулярні походи, сходження чи водні сплави сприяють розвитку витривалості, сили, координації рухів, тренують серцево-судинну і дихальну системи. У сучасних умовах гіподинамії, пов'язаної з сидячим способом життя, така активність набуває особливої ваги. Туристична підготовка забезпечує природну форму загартування організму, що знижує рівень захворюваності та підвищує загальну працездатність людини.

Не менш важливим є прикладне значення спортивного туризму у сфері безпеки життєдіяльності. Під час туристичних походів учасники стикаються з природними перешкодами, непередбачуваними погодними умовами, потребою надання домедичної допомоги. Це формує у них навички виживання, самодопомоги та взаємодопомоги, що можуть стати вирішальними у надзвичайних ситуаціях. Сучасний світ, де ризики техногенних аварій, стихійних лих і воєнних конфліктів є актуальними, потребує громадян, здатних діяти рішуче та грамотно у кризових обставинах. У цьому контексті спортивний туризм є своєрідною школою життя, яка готує людину до реальних викликів.

Важливо підкреслити й соціальну прикладність туристичної діяльності. Вона створює умови для комунікації, співпраці та взаєморозуміння між людьми різного віку, професій та соціальних

груп. Туристичні походи сприяють розвитку навичок командної роботи, лідерства, конфліктології та толерантності. Це набуває значення в умовах глобалізації та зростання соціальних викликів, адже саме вміння працювати в колективі та взаємопідтримка визначають успіх у багатьох сферах сучасного життя.

Прикладність спортивного туризму проявляється також у його зв'язку з військово-патріотичною підготовкою. Багато елементів туристичної діяльності – орієнтування на місцевості, організація табору, подолання природних перешкод, транспортування вантажів – мають пряме значення для військової та рятувальної сфери. Не випадково у багатьох країнах туристичні секції тісно співпрацюють з військовими підрозділами та службами цивільного захисту, а набуті в походах навички використовуються у підготовці кадрів для армії чи правоохоронних органів.

Висновки. Сучасне функціонування спортивного туризму у світі й Україні відбувається в умовах численних викликів, зумовлених глобальними, національними та локальними факторами. До ключових серед них належать: воєнні дії, екологічні ризики, наслідки пандемії COVID-19, зміна клімату, цифровізація та соціальні трансформації. Кожен із цих чинників суттєво впливає на підходи до організації туризму, його безпечність, логістику та вимоги до спеціальної підготовки туристів.

Соціальні виклики — урбанізація, сидячий спосіб життя, зниження мотивації до фізичної активності — з одного боку, скорочують кількість активних туристів, а з іншого — стимулюють розвиток туризму як засобу оздоровлення, соціалізації та реабілітації.

Крім того, спортивний туризм має культурно-пізнавальне значення. Він формує інтерес до історії, етнографії, географії, екології, розвиває патріотичні почуття та дбайливе ставлення до природи. Таким чином, туристична діяльність стає інструментом гармонійного розвитку особистості, поєднуючи фізичне, інтелектуальне та духовне вдосконалення.

Новими сферами застосування туризму стає робота з ветеранами, людьми з посттравматичними синдромами.

Список використаних джерел

1. Гуменюк С.С. Вплив війни на розвиток внутрішнього туризму в Україні. *Вісник туризму*. 2023. №1. С. 18–24.
2. Рибалко П.О. Екологічні аспекти розвитку спортивного туризму. Полтава: ПУЕТ, 2020. 138 с.
3. Мельник І.В. Цифровізація туристичної підготовки: виклики та перспективи. *Спортивна наука України*. 2022. №4. С. 55–61.
4. Чалій Л. В. Формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до організації позакласної роботи з туризму. Дис. на здоб. наук. ступеня канд. пед. наук за спеціальністю 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, 2017. Рівненський державний гуманітарний університет, Рівне, 2017. С. 36.
5. Бейдик О. О. Словник-довідник з географії туризму, рекреації та рекреаційної географії. Київ: Палітра, 1997. 130 с. С. 88.
6. Крачило Н. П. Географія туризму: навч. пос. для серед. спец. навч. закладів по спец. «Готельне господарство». Київ: Вища шк., 1987. 208 с, С. 6.
7. Фокін С. П. Туризмологічні аспекти спортивного туризму. *Науковий вісник Інституту міжнародних відносин НАУ*: зб. наук. ст. Київ: Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. Вип. 1. С. 207–213.
8. Круцевич Т. Ю. Програма з фізичної культури 5–9 класи ЗНЗ. 2009. Лист МОН № 1/11-4630 від 01.07.2009.
9. Туризм і рекреація в Україні у воєнний та повоєнний час: збірник матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції (Полтава, 28 червня 2024). URL: <https://www.pdau.edu.ua/sites/default/files/node/2908/zbirnyktez28062024.pdf>