



Фізична освіта і спорт

УДК 796.5:[378.016:355]

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.14803396>

Спортивний туризм як елемент базової військової підготовки: фізичний, психологічний та тактичний аспекти

Товстоп'ятко Федір Федорович

кандидат філософських наук, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту, Запорізький національний університет, 69011, Україна, м. Запоріжжя, вул. Університетська, ORCID <https://orcid.org/0000-0002-4708-5916>

Філатов Микола Миколайович

викладач кафедри фізичної підготовки та спорту, Національна академія Національної гвардії України, 61000, Україна, м. Харків, майдан Захисників України, 3, ORCID <https://orcid.org/0009-0006-1594-5893>

Парій Світлана Борисівна

старша викладачка кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту, Запорізький національний університет, 69011, Україна, м. Запоріжжя, вул. Університетська, 66, ORCID <https://orcid.org/0000-0002-4246-6699>

Прийнято: 16.01.2025|Опубліковано: 29.01.2025

Анотація. Стаття присвячена теоретичному обґрунтуванню значущості спортивного туризму як складової базової військової підготовки, що інтегрує фізичні, психологічні та тактичні аспекти. У ній розглядається вплив



спортивного туризму на фізичну підготовку, стресостійкість, тактичні навички та виживання в екстремальних умовах. У статті проведено аналогію між діями у спортивному туризмі та діями військових, підкреслюючи схожість у необхідності фізичної витривалості, навичок орієнтування на місцевості, вміння працювати в команді та приймати рішення в екстремальних умовах. Ці спільні риси вказують на те, що спортивний туризм може стати ефективним інструментом підготовки до військової служби, розвиваючи компетенції, критично важливі для виконання військових завдань. Основні завдання статті включають визначення впливу спортивного туризму на фізичну підготовку, формування психологічної стійкості військовослужбовців, а також аналіз впливу спортивного туризму на розвиток тактичних навичок. **Метою** статті є теоретичне обґрунтування значущості спортивного туризму як складової базової військової підготовки, що інтегрує фізичні, психологічні та тактичні аспекти для підвищення готовності військовослужбовців до виконання завдань у різних бойових умовах. Для досягнення мети використано **методи** аналізу наукової літератури, систематизації та узагальнення даних щодо впливу спортивного туризму на підготовку військовослужбовців. **Результати** дослідження підтверджують, що спортивний туризм є ефективним інструментом для всебічної підготовки військовослужбовців: сприяє розвитку витривалості, сили, координації та швидкості; створює умови для формування стресостійкості, рішучості та здатності до швидкого прийняття рішень; сприяє розвитку навичок взаємодії, комунікації та підтримки у групі; ефективно розвиває навички, необхідні для ведення військових дій (орієнтування на місцевості, подолання перешкод). **Висновки.** Інтеграція спортивного туризму в базову військову підготовку сприяє комплексному розвитку військовослужбовців, підвищуючи їхню фізичну витривалість, психологічну стійкість і тактичну ефективність. Подальші дослідження необхідні для систематизації підходів до використання спортивного туризму в сучасних умовах військової підготовки.



Ключові слова: спортивний туризм, практичні навички, підготовка військових.

Sports Tourism as an Element of Basic Military Training: Physical, Psychological, and Tactical Aspects

Tovstopyatko Fedir

Ph.D. in Philosophy, Associate Professor, Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports, Zaporizhzhia National University, 69011, Ukraine, Zaporizhzhia, Universytetska Street, 66, ORCID <https://orcid.org/0000-0002-4708-5916>

Filatov Mykola

Instructor, Department of Physical Training and Sports, National Academy of the National Guard of Ukraine, 61000, Ukraine, Kharkiv, Maidain Zakhysnykiv Ukrainy, ORCID <https://orcid.org/0009-0006-1594-5893>

Parii Svitlana

Senior Lecturer, of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports, Zaporizhzhia National University, 69011, Ukraine, Zaporizhzhia, Universytetska Street, 66, ORCID <https://orcid.org/0000-0002-4246-6699>

***Abstract.** The article is dedicated to the theoretical substantiation of the importance of sports tourism as a component of basic military training, integrating physical, psychological, and tactical aspects. It examines the impact of sports tourism on physical fitness, stress resistance, tactical skills, and survival in extreme conditions. The article draws an analogy between actions in sports tourism and military operations, highlighting similarities in the need for physical endurance, navigation skills, teamwork, and decision-making in extreme conditions. These shared traits*



*indicate that sports tourism can serve as an effective tool for military training, developing competencies crucial for performing military tasks. The main **objectives** of the article include identifying the influence of sports tourism on physical training, forming psychological resilience in military personnel, and analyzing the impact of sports tourism on the development of tactical skills. The aim of the article is to theoretically substantiate the significance of sports tourism as a component of basic military training, integrating physical, psychological, and tactical aspects to enhance the readiness of military personnel to perform tasks in various combat conditions. To achieve this goal, **methods** of scientific literature analysis, systematization, and data generalization on the impact of sports tourism on military training were employed. The **results** of the study confirm that sports tourism is an effective tool for the comprehensive preparation of military personnel: it promotes the development of endurance, strength, coordination, and agility; creates conditions for forming stress resistance, decisiveness, and the ability to make quick decisions; fosters the development of interaction, communication, and support skills within a group; and effectively develops skills necessary for military operations (navigation, overcoming obstacles). **Conclusions.** The integration of sports tourism into basic military training contributes to the comprehensive development of military personnel, enhancing their physical endurance, psychological resilience, and tactical efficiency. Further research is needed to systematize approaches to the use of sports tourism in modern military training conditions.*

Keywords: *sport tourism, practical skills, military training*

Постановка проблеми. У сучасних умовах для військової підготовки важливо не лише володіти навичками поводження з озброєнням, а й мати глибокі знання та вміння, що забезпечують автономність та витривалість військовослужбовців у різних умовах. Однією з важливих складових базової військової підготовки може стати спортивний туризм. Ця дисципліна об'єднує в

собі фізичну підготовку, орієнтування на місцевості, виживання в екстремальних умовах і розвиток командної роботи.

Спортивний туризм має допомогти військовослужбовцям адаптуватися до мінливих обставин на полі бою, розвинути навички орієнтування, витривалість, навички виживання в природному середовищі. Ці елементи критично важливі у підготовці до реальних бойових дій, де військові часто опиняються у віддалених районах або в умовах, коли ресурси та допомога обмежені.

Тому спортивний туризм може не лише покращити фізичну підготовку військових, але й сприятиме формуванню у них практичних навичок, необхідних для виживання та виконання завдань в умовах відсутності звичних інфраструктур і підтримки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Спортивний туризм як складова базової військової підготовки є перспективною темою для дослідження, адже він розвиває важливі фізичні, психологічні та соціальні компетенції, які є критично важливими для військових фахівців у сучасних умовах. Ця тема має певну дослідницьку історію, хоча й не є широко вивченою. У наукових працях, здійснюються дослідження за окремими напрямками, зокрема: військово-прикладний туризм, спортивний туризм у фізичній та морально-вольовій підготовці, окремі військово-історичні аспекти.

Військово-прикладний напрям спортивного туризму представлений дослідженнями таких аспектів, як орієнтування на місцевості, виживання в екстремальних умовах, фізична витривалість і розвиток психологічної стійкості у контексті тренувань майбутніх військовослужбовців.

Так, розглядається роль спортивно-оздоровчого туризму та застосування туристичних навичок у підготовці льотного складу до виживання в різних географічних умовах та підвищення безпеки польотів [1, с. 574], обґрунтовується використання спортивного туризму, як засобу формування професійної надійності майбутніх пілотів [2, с. 151]. Аналізується роль туризму як

багатопланового фактора, який може включати елементи військової підготовки [3, с. 36].

Окремі дослідники зазначають туристичні походи, як метод фізичного виховання студентів, у тому числі й безпосередньо майбутніх офіцерів, зокрема, як організаційну форму самостійних групових занять [4, с. 329] та туристичні походи як форму фізичного виховання [5, с. 24]. Наголошується на важливості у час війни топографії й туристичних навичок, що сприяють загартуванню характеру людини, зібраності та рішучості у різних критичних і небезпечних ситуаціях [6, с. 87].

Аналізуючи питання фізичної підготовленості курсантів закладів освіти правоохоронних органів автори зауважують на доцільності використання піших туристичних походів для швидкого розвитку належного спортивного рівня, успішної адаптації до навчання та вдосконалення рівня їхньої фізичної підготовленості [7, с. 104]. Розглядається дослідниками спортивне орієнтування та туризм, з акцентом на їх військово-прикладному характері, у сприянні відтворенню фізичних, інтелектуальних та емоційних здібностей працівників силових структур [8, с. 111].

Ґрунтовне дослідження О. В. Михнюка присвячено формування психофізичної готовності курсантів вищих військових навчальних закладів до майбутньої професійно-бойової діяльності засобами спортивного орієнтування [9, с. 27], впливу занять спортивним орієнтуванням на розвиток військово-прикладних рухових якостей офіцерів [10, р. 87]. В цілому, науковці привертають увагу до значення такого елементу спортивного туризму як спортивне орієнтування, у покращенні фізичної та бойової підготовленості військовослужбовців [11, с. 109]. Зазначаючи, що у спортивному орієнтуванні поєднуються всі компоненти для ефективного виконання завдань (ведення бойових дій): фізичні, технічні, тактичні, психологічні та компоненти інтегральної підготовленості військовослужбовців [12, с. 150].

Вплив спортивного туризму на фізичний і морально-вольовий розвиток молоді активно вивчається в освітній сфері. Ці дослідження підкреслюють, що спортивний туризм може стати важливим компонентом підготовки до військової служби.

Так, туристичні походи розглядають як форму військово-патріотичного виховання, ефективну й продуктивну у патріотичному, морально-вольовому вихованні молоді [13, с. 733]. Відзначають вагомість впливу участі у туристичних та краєзнавчих походах на рівень рухової активності, фізичної та морально-вольової підготовки юнаків, зокрема до військової служби [14, с. 93]. Зауважують і роль лижних або туристських походів у фізичній підготовці особового складу загальноосвітніх установ системи МВС України [15, с. 98].

Окремо, слід зазначити, що користь туризму у підготовці військових кадрів зазначено у деяких історичних пошуках. Зокрема, задокументовано тривалі походи до найвищих вершин Кавказу курсантів Тифліської піхотної школи ще у 1927 році, відкриття військово-туристичних бюро для розробки маршрутів і проведення екскурсій для військовослужбовців, організації гірських, водних та велосипедних походів [16, с. 65]. Крім того, історичне використання елементів спортивного туризму у військовій підготовці присутнє й у діяльність української дитячо-юнацької організації «Пласт». Військова підготовку молоді у дусі національної свідомості та патріотизму здійснювалась організацією походів, таборування, проведенням зборів [17, с. 5].

Таким чином, окремі сучасні роботи стосуються використання спортивного туризму у формуванні навичок виживання, командної роботи та розвитку психологічної стійкості в рамках військової підготовки. Однак, ці дослідження зазвичай не є масштабними.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Питання використання спортивного туризму у військовій підготовці є малодослідженим і загалом потребує ретельної систематизації. Практично відсутні відомості щодо впровадження спортивного туризму у підготовку новобранців або військових



фахівців. Зокрема, не вистачає комплексних досліджень, які б поєднали різні аспекти спортивного туризму і його адаптацію до сучасних стандартів військової підготовки. У сьогоднішніх умовах актуальним є обґрунтування та дослідження інтеграції спортивного туризму у базову військову підготовку, вивчення можливостей поєднання спортивного туризму з цифровими технологіями.

Запропоноване дослідження акцентує увагу на інтеграції спортивного туризму в систему базової військової підготовки, пропонуючи новий підхід до підготовки військовослужбовців, який поєднує фізичну витривалість, навички орієнтування та стресостійкість. Результати проведеного комплексного аналізу спортивного туризму як багатокompонентного інструменту військової підготовки можуть бути використані для розробки тренувальних програм військовослужбовців, зокрема для новобранців. Також наголошується на актуальності розвитку навичок орієнтування в умовах електронної війни та можливості використання природних способів орієнтування за відсутності сучасних технологій, що може стати цінним внеском у цю галузь.

Формулювання цілей статті. Метою статті є теоретичне обґрунтування значущості спортивного туризму як складової базової військової підготовки, що інтегрує фізичні, психологічні та тактичні аспекти для підвищення готовності військовослужбовців до виконання завдань у різних бойових умовах. Основні завдання:

- визначити вплив спортивного туризму на розвиток фізичної підготовки військовослужбовців;
- обґрунтувати роль спортивного туризму у формуванні психологічної стійкості та стресостійкості військовослужбовців;
- здійснити аналіз впливу спортивного туризму на розвиток тактичних навичок.

Виклад основного матеріалу дослідження. Спортивний туризм як складова базової військової підготовки відіграє надзвичайно важливу роль, оскільки поєднує в собі фізичні, психологічні та тактичні аспекти, що є



необхідними для ефективної діяльності військовослужбовців. Розширимо кожен із цих аспектів, щоб глибше зрозуміти, чому спортивний туризм є цінним інструментом у військовій підготовці.

Військові підрозділи постійно працюють у важких умовах, де від бійця вимагається високий рівень фізичної підготовки. Спортивний туризм є чудовою платформою для цього, оскільки включає тривалі та інтенсивні фізичні навантаження, такі як: автономні пішохідні походи на великі відстані, елементи скелелазіння та альпінізму, водні туристичні походи (каякінг, рафтинг тощо). Такі види активної діяльності, часто в екстремальних умовах, тренують витривалість і стійкість до довготривалих навантажень. Військовослужбовці часто стикаються з необхідністю пересування по пересіченій місцевості, що корелює з умовами туристичних походів, де вимагаються великі фізичні зусилля та сила м'язів з необхідністю швидко підійматися на височини або долати природні перешкоди на місцевості. Окрім того, військові можуть стикатися з необхідністю подолання водних перешкод. Спортивний туризм, що включає такі види активності, тренує навички веслування та балансування, що розвиває всю мускулатуру і витривалість у нестабільних умовах водного середовища.

Спортивний туризм, як екстремальний вид діяльності, сприяє розвитку психологічної стійкості та формує готовність до стресу. Військова служба, особливо в умовах активних бойових дій, вимагає високого рівня стресостійкості. Спортивні туристичні походи, що вимагають подолання маршруту визначеної протяжності за конкретний проміжок часу, забезпечують природне середовище для розвитку цієї навички. Непередбачувані погодні умови, несподівані перешкоди чи складнощі, з якими необхідно швидко справлятися формують стійкість до непередбачуваних умов. Військові операції, своєю чергою, також передбачають постійну адаптацію до змін.

Окрім того, в умовах походу учасники часто працюють на межі фізичних і психологічних можливостей, що дає можливість розвивати вміння зберігати концентрацію та самоконтроль у напружених ситуаціях. Тривалі туристичні



маршрути тренують здатність зберігати моральний дух і не втрачати мотивацію, коли сили вже майже на межі. Це формує мотивацію до подолання будь-яких труднощів, стійкість до втоми та надмірного психологічного тиску.

Орієнтування на місцевості та навички виживання є критично важливими компонентами базової військової підготовки, оскільки вони безпосередньо пов'язані з можливістю солдатів діяти автономно в незнайомих умовах і екстремальних ситуаціях. Спортивний туризм надає практичну платформу для розвитку цих навичок, дозволяючи військовим отримувати досвід в умовах, близьких до реальних бойових операцій.

Під час активних бойових дій орієнтування стає одним із ключових елементів для військових підрозділів, дозволяючи уникати небезпек, швидко і ефективно досягати визначених точок, а також вести розвідку та пошукові операції. Спортивний туризм забезпечує різноманітні умови для тренування навичок орієнтування, що є надзвичайно важливим для успішного виконання військових завдань.

Окремою складовою теоретико-практичної підготовки у спортивному туризмі є робота з картами та компасом. У туристичних походах учасники навчаються читати топографічні карти, аналізувати рельєф, знаходити орієнтири, звіряти карту з місцевістю. Такі навички часто є необхідними в умовах військових операцій. Вміння правильно інтерпретувати карти допомагає військовим швидко визначати оптимальні маршрути та уникати пасток або ворожих засідок. Відповідні функції виконує і робота з компасом: військові повинні мати досконалі навички користування компасом для навігації у важких умовах або за відсутності сучасних засобів навігації, режиму радіомовчання, дій на ворожій території.

Активна діяльність у різноманітних природних умовах і територіях обумовлює часте використання компасів у спортивному туризмі, забезпечує набуття і дозволяє відпрацьовувати навички, які можуть бути вкрай необхідними

в умовах електронної війни або порушень роботи GPS. У таких умовах помічними є і навички орієнтування за природними ознаками.

У межах туристичної підготовки, зокрема спортивних туристичних походів, майбутні військові можуть навчатися визначати напрямок руху за допомогою положення сонця або зірок, що особливо корисно у випадках, коли сучасні навігаційні прилади недоступні або пошкоджені. Вміння орієнтуватися за природними ознаками дає військовослужбовцям додаткову можливість рухатися в правильному напрямку навіть в умовах обмеженої видимості чи повної відсутності або неможливості використання електроніки. Окрім того, умови здійснення туристичних походів дозволяють набути навичок орієнтуватися за ознаками навколишнього середовища, такими як напрямок росту моху на деревах, течій річок або характер місцевої флори та фауни. Ці навички корисні для розвідки та виживання у віддалених або складних місцевостях за умов втрати сигналу GPS або при умисних спробах ворога порушити роботу цих систем.

Орієнтування на місцевості у сучасних туристичних походах часто здійснюється з використанням сучасних цифрових технологій. Використовуються GPS-навігатори різних типів, електронні карти та мобільні додатки. Набута в умовах спортивних походів навичка працювати із сучасними приладами навігації є надзвичайно цінною для військових в екстремальних умовах бойових дій.

У бойових умовах військові часто діють у складних ландшафтах, де точна орієнтація є критично важливою. Навички роботи з GPS-навігаторами, компасами, електронними картами, здобуті у природних умовах, забезпечують швидке визначення місцезнаходження та побудову оптимального маршруту. Передбачені у спортивному туризмі тренування швидкого та ефективного використання навігаційного обладнання дозволять військовим оперативно приймати рішення, наприклад, у разі обходу ворожих позицій або планування безпечного шляху евакуації. Учасники спортивних походів стикаються з



реальними природними труднощами, такими як обмежена видимість, складні погодні умови або відсутність чітких орієнтирів. Цей досвід допоможе військовим адаптуватися до стресових умов бойових дій і ефективно використовувати навігаційні прилади навіть у критичних ситуаціях, уникати небезпечних зон та забезпечувати безпеку особового складу.

Таким чином, здобуті у спортивних походах навички роботи із сучасними навігаційними приладами можуть напряму підвищувати ефективність і виживання військових у бойових умовах, зменшуючи ризик помилок і сприяючи досягненню поставлених завдань.

Ще однією спільною навичкою для спортивного туризму та військової справи є виживання у складних природних умовах. У військовій підготовці навички виживання стають особливо важливими, оскільки військовослужбовці часто можуть опинитися в умовах, де доступ до базових ресурсів обмежений. Спортивний туризм розвиває вміння діяти в екстремальних ситуаціях, коли потрібно швидко адаптуватися до наявних умов і забезпечити своє виживання, здійснити пошук води та їжі, створити тимчасове укриття тощо.

Вживання у польових умовах неможливе без доступу до чистої води. Під час туристичних походів майбутні військові можуть навчитись знаходити джерела води в природі (річки, струмки, джерела), а також методам її очищення (кип'ятіння, використання фільтрів або таблеток для очищення). Ці навички важливі для виживання у віддалених місцях, де не можна покладатися на постачання. Відповідно, спортивний туризм вчить знаходити їстівні рослини, гриби, а також рибалити або полювати. Військові можуть використовувати ці знання для самозабезпечення під час тривалих операцій у польових умовах, коли можливості постачання обмежені.

Побудова укриттів із підручних природних матеріалів під час туристичних походів надає досвід швидко організувати приховану стоянку або базовий табір для захисту від негоди чи ворога. Окрім природних укриттів у спортивному туризмі та військовій справі часто використовуються намети та тенти, адже



військові також тренуються в розгортанні наметів та використанні тентів для захисту від дощу або снігу. Це корисно не лише для комфорту, але й для збереження здоров'я під час тривалого перебування у природних умовах.

Вміння підтримувати тепло та розводити вогонь також є однією з надважливих у спортивному туризмі. Навички швидкого і безпечного розведення вогню з мінімальних матеріалів є критично важливими для виживання в холодних умовах і для військових. Туристичні походи часто передбачають вміння розпалювати вогонь за допомогою сірників, запальничок або кресала, що необхідно для зігрівання, приготування їжі або подачі сигналів. Окрім того, майбутні військові під час туристичних походів можуть навчитись не лише організовувати укриття для підтримки тепла тіла, а також використовувати правильний одяг і спальні мішки для мінімізації втрат тепла.

Безперечно, що всі військові мають мати навички надання першої долікарняної допомоги. В умовах туристичних походів військові матимуть можливість набути навичок надання допомоги в екстремальних польових умовах, включаючи лікування поранень, переломів, опіків, а також організацію транспортування постраждалих. Важливо навчитися використовувати в умовах активних бойових дій або складних військових операцій природні матеріали для надання медичної допомоги за умов обмежених ресурсів, адже військові можуть стикатися з пораненнями, коли аптечка недоступна, тому такі навички виживання можуть врятувати життя.

Окрім надання першої долікарняної допомоги важливою для виживання є і вміння надати сигнал SOS або попередити про можливу небезпеку. Правила безпеки спортивних туристичних походів передбачають навчання подавати сигнали про допомогу використовуючи вогонь, дзеркала, різноманітні звукові або світлові сигнали. У бойових умовах це може бути необхідним, якщо група виявляється ізольованою та потребує порятунку. Також військові повинні вміти шукати постраждалих або дезорієнтованих людей у складних умовах. Навички

організації та здійснення пошуково-рятувальних операцій також ефективно розвиваються під час туристичних походів.

Одним з компонентів специфічної підготовки у спортивному туризмі є тактична. Так, спортивний туризм створює унікальну ситуацію, де розвиваються навички командної роботи, групової взаємодії, лідерські якості. В умовах похідного життя учасники повинні підтримувати один одного, планувати дії разом, вирішувати конфлікти та приймати спільні рішення. Так само й майбутні військові мають навчитись працювати злагоджено в групах для досягнення поставлених цілей, що є основою ефективної військової роботи. Лідерські якості та відповідальність, набуті у туристичних групах, можуть підготувати військовослужбовців до виконання відповідних функцій у майбутньому, відповідальності за окремі напрямки роботи або частини завдань підрозділу.

В цілому, інтеграція спортивного туризму до базової військової підготовки може бути адаптована саме до потреб техніко-тактичних дій бійців. Так, у туристичних походах можуть бути організовані спеціальні тренування, що імітують реальні тактичні ситуації, як-от евакуація постраждалих, робота в умовах засідок чи рятувально-пошукові операції. Це сприятиме отриманню військовими досвіду роботи в різних бойових сценаріях. Також, можливе виконання специфічних вправ, що моделюють бойові умови, як от: долання пересіченої місцевості, екстремальні погодні умови. Це сприятиме практичному тренуванню в реальних умовах навички пересування по незручній і незнайомій місцевості, що включає ліси, гори та річки. Адже з такими труднощами військові часто стикаються у бойових умовах. Окрім того, туристи часто діють в умовах спеки, холоду, дощів або снігопадів, що імітує бойові умови, коли військові повинні бути готові до виконання завдань незалежно від погодних умов.

Окрім фізичних та тактичних навичок, спортивний туризм може сприяти зміцненню морального духу військовослужбовців, психологічній готовності до дій в екстремальних умовах. Здійснення спортивних туристичних походів вчить психологічній підтримці в групі, формує довіру, створюючи міцний зв'язок між

учасниками під час спільного подолання труднощів і перешкод. Часто у бойових ситуаціях, де бойовий дух колективу відіграє вирішальну роль, така довіра є ключовою для ефективної взаємодії.

Таким чином, використання спортивного туризму в базовій військовій підготовці є перспективним напрямком, який може підвищити ефективність навчання військовослужбовців. Спортивний туризм сприяє розвитку фізичної витривалості, навичок виживання в різних умовах та орієнтування на місцевості, що є важливими складовими військової підготовки. Проте, деякі аспекти, такі як систематичне впровадження спортивного туризму в програми військової підготовки, його ефективність у порівнянні з традиційними методами та адаптація до сучасних вимог, потребують додаткового вивчення.

Висновки. Спортивний туризм у контексті базової військової підготовки може стати невід'ємною складовою, яка забезпечить військовослужбовців комплексом навичок для ефективної роботи на полі бою. Орієнтування та виживання дозволяють військовим діяти впевнено навіть у найскладніших і найнебезпечніших ситуаціях, розвиваючи фізичну та психологічну стійкість, а також здатність до командної роботи та лідерства.

Спортивний туризм може позитивно впливати на розвиток фізичної витривалості та сили військових, оскільки включає інтенсивні фізичні навантаження, як-от пішохідні походи, скелелазіння, альпінізм, та водні походи, що сприяють підвищенню витривалості, сили та адаптації до екстремальних умов. Сприяє розвитку психологічної стійкості, оскільки учасники мають справу з непередбачуваними умовами, стресовими ситуаціями, і тривалими навантаженнями. Це покращує здатність зберігати самоконтроль і мотивацію в умовах, які схожі на бойові ситуації. Сприяє розвитку навичок орієнтування на місцевості, використання карт та компасів, а також здатності працювати в умовах відсутності сучасних навігаційних засобів. Це є важливою складовою військової підготовки для самостійних дій в незнайомих і екстремальних умовах. Також спортивний туризм може сприяти розвитку навичок командної роботи та

психологічної стійкості в умовах, коли ресурси обмежені, що є критично важливим для військових операцій.

Ці навички є основою для того, щоб бійці могли зберігати життя, виконувати завдання з мінімальними втратами та залишатися ефективними в будь-яких умовах. Сучасні дослідження вказують на необхідність більш глибокого вивчення інтеграції спортивного туризму в програми військової підготовки, а також порівняння його ефективності з традиційними методами. Ці аспекти потребують додаткового дослідження, зокрема щодо адаптації до сучасних вимог військової служби. Необхідно провести додаткові наукові дослідження для визначення оптимальних методик та програм, які б максимально ефективно поєднували елементи спортивного туризму з військовою підготовкою. Це дозволить створити стандартизовані підходи та рекомендації для впровадження таких програм у навчальний процес військових підрозділів.

Список використаних джерел

1. Редозубов О. А., Проценко Є. О. Професійно-прикладний напрям розвитку спортивно-оздоровчого туризму в льотних ЗВО. *Авіація, промисловість, суспільство* : матеріали II Міжнар. наук.-практ. конф., (м. Кременчук, 12 трав. 2021 р.). Харків, 2021. С. 573–575.
2. Лопатюк О. В. Спортивний туризм як засіб формування професійної надійності майбутніх пілотів. *Наукові записки. Серія: Педагогічні науки*. 2021. №194. С. 150–153.
3. Левченко М., Левченко М. Р. Розвиток військового туризму як складова державної гуманітарної політики. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Політичні науки та публічне управління*. 2021. Випуск 1 (60). С. 34–37.

4. Ягупов В., Свистун В., Погребняк Д. Методи фізичного виховання майбутніх фахівців у закладах вищої освіти та їх класифікація. *Військова освіта*. 2021. С. 328–343.
5. Ковалевська Т. М. Значення правовиховного процесу для розвитку системи ДСНС України. *Проблеми цивільного захисту: управління, попередження, аварійнорятувальні та спеціальні роботи* : збірник матеріалів науково-практичного семінару. Харків : НУЦЗУ, 2017. С. 23–24.
6. Владимир О. М. Туристичні навички та знання топографії як необхідні «metaskills» у час війни. *Туризм в Україні: виклики та відновлення* : зб. матеріалів Міжнародного туристичного форуму, Київський національний економічний університеті імені Вадима Гетьмана, м. Київ, 21-22 берез. 2023 р. Київ, 2023. С. 85–87.
7. Лаврентьєв О. М., Сергієнко Ю. П., Буток О. В., Сокіл О. А. Проблеми фізичної підготовленості кандидатів до вступу ВНЗ правоохоронних органів України (на прикладі податкової міліції). *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. праць. 2019. Вип. 2 (108). С. 100–105.
8. Лаврентьєв О. М., Головащенко Р. В., Буток О. В., Деркач О. В. Вплив спортивного орієнтування та туризму на рекреаційну складову працівників силових структур. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. 2023. №3 (161). С. 109–114.*
9. Михнюк О. В. Методика розвитку рухових якостей курсантів засобами спортивного орієнтування у процесі фізичного виховання : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02. Київ, 2023. 324 с.
10. Mykhniuk O. V. The influence of sports orientation classes on the formation of military-applied motor-skills of future officers for militaryprofessional activities. *Development of physical culture and sports amidst martial law* : conference



proceedings International scientific conference, Częstochowa, 5-6 octob. 2022. Częstochowa, Republic of Poland, 2022. P. 85–88.

11. Бадан Ю., Романчук С., Барашевський С. Спортивне орієнтування як складова навчання військовослужбовців. *Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення* : матеріали XI Міжнар. наук.-практ. конф., м. Львів, 10-11 травня 2018 р. Львів, 2018. С. 108–110.

12. Старчук О. О., Пронтенко В. В., Барковський Д. О., Родіонов М. О., Краснопольський М. М., Корак Є. О. Теоретико-методичні основи формування фізичної готовності курсантів засобами спортивного орієнтування. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2021. Випуск 12 (144). С. 148–151.

13. Єрмоменко Е. А. Туристична і топографічна підготовка в програмі військово-патріотичного виховання учнів спортивної секції бойового хортингу. *Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України* : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., м. Ірпінь, 03-04 січня 2022 р. Ірпінь, 2022. С. 728–740.

14. Король Т. А., Олексієнко Я. І. Національно-патріотичне виховання студентів закладів вищої освіти фізкультурного профілю. *Фізична культура, спорт та здоров'я різних груп населення* : матеріали IV Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. молодих вчених, м. Черкаси, 5 грудня 2022 р. Черкаси, 2022. С. 91–96.

15. Носкова Т. І., Безродна А. В. Фізична підготовка як комплекс заходів, спрямований на формування та вдосконалення умінь та навичок поліцейського. *Проблеми реабілітації* : збірник наукових праць. Одеса: видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2021. С. 97–99.

16. Алешугіна Н. О., Зеленська О. О. Історія розвитку туризму в Грузії. *Science progress in European countries: new concepts and modern solutions. Science progress in European countries: new concepts and modern solutions* : papers of the 6th International Scientific Conference, Stuttgart, 19 april, 2019. Germany, Stuttgart, 2019. С. 58–69.



17. Войтович І., Козіброцький С., Деделюк Н., Дем'янчук О. Особливості діяльності пластових таборів. *Physical education, sport and health culture in modern society*. 2023. №2 (62). С. 3–9.