

## ДЕТСКИЙ ТУРИЗМ КАК ИНСТРУМЕНТ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ШКОЛЬНИКА

*Шарапова Лидия Николаевна,*

*директор,*

*Костромина Вера Борисовна,*

*заместитель директора по содержанию образования*

*МОБУ «Средняя общеобразовательная школа № 21»*

**Аннотация.** В статье рассматривается опыт организации туристических походов и их влияние на формирование, и развитие у школьников эмоционального интеллекта как важного условия успешности жизни в обществе. Эмоциональный интеллект является значимой компетенцией, которая помогает достичь успеха в любой сфере деятельности в современных условиях. Наличие четкого представления о себе и точное понимание того, что и как вы чувствуете, помогают четко ставить цели. Это также помогает разобраться со своими сильными и слабыми сторонами, что важно при любой форме социального взаимодействия.

**Ключевые слова:** школьный туризм, детский туризм, туристические походы, эмоциональный интеллект, формирование личности.

## TOURISM FOR CHILDREN AS A TOOL FOR EMOTIONAL INTELLIGENCE DEVELOPMENT OF A SCHOOL STUDENT

*Sharapova Lidiya Nikolaevna,*

*Head of school,*

*Kostromina Vera Borisovna,*

*Deputy Head for content of education*

*Municipal budgetary general education institution "Secondary school № 21"*

**Abstract.** The article examines the experience of organizing hiking trips and their impact on the emotional intelligence formation and development in students as an important condition for successful life in society. Emotional intelligence is a significant competence that helps to achieve success in any field of activity in modern conditions. Having a clear picture of yourself and an accurate understanding of what and how you feel helps you set clear goals. It also helps you understand your strengths and weaknesses, which is important in any form of social interaction.

**Key words:** school tourism, tourism for children, hiking, emotional intelligence, personality formation.

В федеральных основных образовательных программах основного общего образования, утвержденных Министерством просвещения РФ 18 мая 2023 г. появляется новая для педагогов задача – сформировать у школьника «умение самоконтроля, эмоционального интеллекта как части регулятивных универсальных учебных действий» [1], куда входят такие умения, например, как:

- владение разными способами самоконтроля (в том числе речевого), самомотивации и рефлексии;
- предвидение трудностей, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, и умение адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;
- развитие способности управлять собственными эмоциями и эмоциями других;

– выявление и анализ причин эмоций; понимание мотивов и намерения другого человека, анализ речевой ситуации; регулирование способа выражения собственных эмоций;

В словаре под редакцией А. В. Петровского и М. Г. Ярошевского эмоциональный интеллект определяется как «особый комплекс индивидуальных характеристик личности и межличностных процессов, обеспечивающих межличностную компетентность». Традиционные определения интеллекта слишком узки и не вмещают таких аспектов, как счастье, личностный успех или гармония с обществом. Эти компоненты учтены в базовой модели И. э., которая акцентирует внимание на пяти типах способностей: знание об эмоциях, управление эмоциями, распознавание эмоций у других, умение мотивировать себя, совладание с социальными отношениями. Содержание эмоционального интеллекта определяется в терминах, которые включают набор существенных, для успешности в профессиональных и межличностных отношениях способностей: самоосознанности, самомотивированности, устойчивости к фрустрации, контроля за импульсами, регуляции настроения, эмпатии, оптимизма. Так же является предикатом академической успеваемости. Уровень эмоционального интеллекта позволяет говорить о вероятности жизненного успеха [2, с. 494].

Когда мы говорим об интеллекте в целом, мы имеем в виду все познавательные способности человека, вместе взятые. «Традиционно ученых больше интересовал интеллект как набор врожденных качеств, не зависящих от жизненного опыта и образования: скорость обработки информации, объем памяти, пространственное воображение и так далее. Эти показатели еще в начале XX века научились четко диагностировать, чтобы выявлять показатель IQ (intelligence quotient, коэффициент интеллекта). В середине XX века психологи стали замечать, что показатель IQ не очень-то коррелирует с успешностью и достижениями людей в реальной жизни. Вопрос о связи интеллекта и общей жизненной успешности оставался открытым, пока ближе к концу столетия ученые не пришли к понятию социального и, в частности, эмоционального интеллекта. В самом широком смысле слова EI (emotional intelligence) – это все некогнитивные компетенции, которые помогают нам справляться с жизненными ситуациями» [3]. Один из ведущих исследователей в этой области Дэниел Гоулман утверждает, что жизненная состоятельность на 80% зависит как раз от этих некогнитивных умений, а традиционный интеллект и креативность – это лишь 20% успеха.

Многие люди считают, что IQ более важен для достижения человеком успеха в жизни, в то время как исследователи считают, что люди с высоким EQ более успешны в своей карьере. Что именно развитие эмоционального интеллекта помогает нам стать более счастливыми, успешными и уравновешенными личностями, способными лучше понимать себя и других, а также эффективнее решать жизненные задачи и преодолевать трудности. Однако для того, чтобы этот уникальный вид интеллекта проявился и сработал, мы должны его развивать, но не путем тренингов и семинаров, а в реальной ситуации, в жизни. Как показывает наш опыт, эффективным инструментом развития эмоционального интеллекта может стать детский туризм.

С 2012 г. команда единомышленников под руководством директора школы № 21 Шараповой Лидии Николаевны активно занимается развитием школьного туризма в нашей республике. За прошедшие годы ребята и педагоги посетили разные места нашего края: река Амга, река Кенкеме, река Кэтэмэ, река Синяя и другие. И каждый раз это было не только чувство восторга, свободы и радости, но и удовлетворения от своих

способностей преодолевать трудности пеших переходов, отсутствие бытовых удобств, связи и привычных ежедневных вещей, решать сложные жизненные вопросы.

Проживая вместе с ребятами «походные» дни и недели, наблюдая за ними в разных ситуациях, мы отметили, что эти туристические походы бесценны в плане формирования детей как личностей, а именно в формировании и развитии эмоционального интеллекта, появлении и проявлении у детей важных жизненных навыков, связанных с эмоциональным интеллектом.

**Первый, и, пожалуй, самый главный навык** – умение ясно и внятно общаться с другими, объяснить ожидания, активно слушать, влиять и вдохновлять, работать в команде или возглавлять ее и улаживать конфликты. В наших туристических походах всегда участвуют все желающие дети, здесь нет ограничений по возрасту, физической подготовке или роли ребенка в коллективе. Первый класс или последний, лидер или совсем незаметный в коллективе, отличник, или наоборот. Всех таких разных берем! К концу нашего многодневного похода возвращается команда. Разновозрастный коллектив, неформальное общение «ученик-учитель» формирует навык общения в социуме и у детей, и у взрослых. Такой формат общения обогащает и учителей тоже. А время, проведенное вместе, для большинства оказывается очень качественным общением.

**Второй навык, не менее, а может и более востребованный сегодня** – общая эмпатия и комфортное самоощущение в большой группе людей: независимо от того, экстраверт вы или интроверт, вы чувствуете эмоциональные сигналы других и редко сталкиваетесь с недопониманием. Взаимопомощь в наших походах становится первым и главным условием во взаимодействии. Мы наблюдали, как ребята делятся последним глотком воды, отдают свою теплую куртку, даже не другу, а просто тому, кому холодно, несут свой и еще чей-то тяжелый рюкзак, остаются рядом с больным товарищем в палатке, в то время как все остальные вовлечены в интересное дело. Никакой классный час не донесет таким доступным и понятным языком понятия о добре, эмпатии, сопереживании, взаимопомощи и дружбе!

**Третий навык** – знание своих слабых и сильных сторон и спокойное сосуществование с ними, а также хорошее знание личных эмоций и их влияния на вашу жизнь. Часто участники туристических походов «открывают» себя, особенно через преодоление разных трудностей и препятствий. В ходе рефлексии часто можно услышать: «Я не верил, что смогу так много километров пройти», «Я поверила в себя», «Теперь я знаю, что я многое могу». Ребята-«одиночки» приобретают в походе новых друзей, «неприятные» в коллективе, вдруг становятся звездами, пусть ненадолго, пусть не насовсем. Но как это важно для людей быть принятым в социуме!

**Четвертый навык** – умение управлять эмоциями, ограничивать их разрушительное влияние на себя, способность выполнять взятые на себя обязательства, поддерживать долгосрочные отношения и меняться в соответствии со средой. Например, не продолжать бесплодный спор, когда все участники конфликта находятся на взводе. Не вваливать на себя слишком много обязанностей в состоянии эйфории. Не бояться признаться себе в неприглядных чувствах и взять за них ответственность. Не причинять другим добро без их запроса. Саморегуляция, умение слышать и ставить себя на место другого, способность управлять настроением дополняет практические навыки и умения во всех сферах, где требуется общение.

В августе 2023 г. наша команда в составе 65 человек вернулась из туристического похода на озеро Байкал. Мы приобрели опыт многодневного путешествия на поезде, восхождения на самую высокую точку полуострова Святой Нос, пешего 20 – километрового перехода с Баргузинского на Чивыркуйский залив. Мы посетили лежбище нерпы на Ушканьих островах, окунулись в термальные источники, познакомились с достопримечательностями города Улан-Удэ (фото 1-6). А также обрели важные навыки, как умение налаживать контакт с людьми, поддерживать теплые отношения, комфортно чувствовать себя в новом коллективе. Мы научились адаптироваться к новым условиям и справляться со стрессом. Мы привезли с собой уверенность, что всегда придет на помощь. Теперь мы знаем, что если мы возьмемся за что-то все вместе, то непременно победим!

Таким образом, можно утверждать, что детский туризм – это возможность для физического развития, оздоровления и познания окружающей действительности, близость к природе, закрепление знаний по школьным предметам на практике, изучение родного края и много чего еще крайне необходимого для развития личности школьника. С другой стороны, детский туризм – это формирование ценных духовных качеств личности, одно из средств воспитывающего воздействия на подрастающее поколение наряду с физической культурой и спортом.

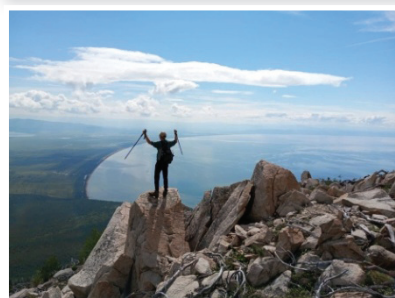
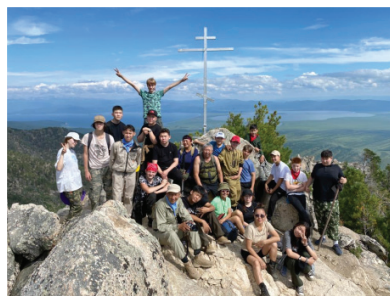


Фото 1-6 – Фотомоменты туристического похода на озеро Байкал